

# sportunterricht

Monatsschrift zur Wissenschaft und Praxis des Sports mit Lehrhilfen

Offizielles Organ



Schulsport bewegt alle

3

März 2016  
65. Jahrgang



# sportunterricht



herausgegeben vom  
Deutschen Sportlehrer-  
verband e. V. (DSL)

vereinigt mit

**KÖRPER-  
ERZIEHUNG**

Das Fachmagazin für Sportlehrerinnen und Sportlehrer

Herausgegeben vom Hofmann-Verlag

**Schriftleiter:** Dr. Norbert Schulz

**Redaktionskollegium:**

Prof. Dr. H. P. Brandl-Bredenbeck

Prof. Dr. Ulrike Burrmann

Dr. Barbara Haupt

Martin Holzweg (Vertreter des DSLV)

Prof. Dr. Albrecht Hummel

Prof. Dr. Michael Krüger

Heinz Lang

Prof. Dr. Günter Stibbe

Prof. Dr. Annette Worth

**Manuskripte für den Hauptteil an:**

Dr. Norbert Schulz

Marderweg 55, 50259 Pulheim

E-Mail: n.schulz@dshs-koeln.de

**Manuskripte für die „Lehrhilfen“ an:**

Heinz Lang

Neckarsulmer Str. 5, 71717 Beilstein

E-Mail: H-W.Lang@t-online.de

**Besprechungen und**

**Besprechungsexemplare an:**

Dr. Norbert Schulz

Marderweg 55, 50259 Pulheim

**Informationen, Termine an:**

Jun.-Prof. Dr. Thomas Borchert, Universität

Leipzig, Sportwissenschaftliche Fakultät,

Professur für Empirische Bildungsforschung

im Sport, Jahnallee 59/T 112, 04109 Leipzig

E-Mail: thomas.borchert@uni-leipzig.de

**Erscheinungsweise:** Monatlich

(jeweils in der 1. Hälfte des Monats)

**Bezugsbedingungen:**

Jahresabonnement (12 Ausgaben) € 62,40

Sonderpreis für Studierende € 52,20

Sonderpreis für Mitglieder des DSLV € 51,60

Einzelheft € 7,- (jeweils zuzüglich Versandkosten).

Mitglieder des DSLV Nordrhein-

Westfalen, Hessen und Berlin erhalten Sport-

unterricht im Rahmen ihrer Mitgliedschaft

kostenfrei.

Die Abonnement-Rechnung ist sofort zahl-

bar rein netto nach Erhalt. Der Abonnement-

Vertrag ist auf unbestimmte Zeit geschlos-

sen, falls nicht ausdrücklich anders vereinbart.

Abbestellungen sind nur zum Jahresende

möglich und müssen 3 Monate vor dem

31. Dezember beim Verlag eintreffen.

Die Post sendet Zeitschriften auch bei Vor-

liegen eines Nachsendeantrags nicht nach!

Deshalb bei Umzug bitte Nachricht an den

Verlag mit alter und neuer Anschrift.

**Vertrieb:** siehe Verlag

Telefon (0 71 81) 402-124

E-Mail: sportunterricht@hofmann-verlag.de

**Anzeigen:** siehe Verlag

Tel. (0 71 81) 402-124, Fax (0 71 81) 402-111

**Druck:**

Druckerei Raisch GmbH + Co.KG

Achterstraße 14, 72770 Reutlingen

ISSN 0342-2402

© by Hofmann-Verlag GmbH & Co. KG

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck nur mit

ausdrücklicher Genehmigung der Redaktion

und des Verlags mit Quellenangabe. Unver-

langte Manuskripte werden nur dann

zurückgesandt, wenn Rückporto beiliegt.

**Verlag:**

Hofmann-Verlag GmbH & Co. KG

Postfach 1360, D-73603 Schorndorf

Tel. (0 71 81) 402-0, Fax (0 71 81) 402-111

E-Mail: info@hofmann-verlag.de

## Inhalt

Jg. 65 (2016) 3

<b>Brennpunkt</b>		65
<b>Beiträge</b>	<i>Christopher Grieben, Fabienne Frick, Andrea Schaller, Birgit Mager &amp; Ingo Froböse</i>	
	Bewegungsförderung bei Berufsschülern Praxisideen für den Sportunterricht	66
	<i>Theodor Stemper &amp; Maike Kels</i>	
	Schwimmfähigkeit in den Lehrplänen der Grundschulen	72
	<i>Christian Herrmann, Sara Seiler &amp; Benjamin Niederkofler</i>	
	„Was ist guter Sportunterricht?“ Dimensionen der Unterrichtsqualität	77
	<i>Hans Peter Brandl-Bredenbeck &amp; Norbert Schulz</i>	
	Zum Auftrag des Schulsports – eine Nachlese	83
<b>Buchbesprechung</b>		86
<b>Literatur-Dokumentationen</b>		88
<b>Nachrichten und Informationen</b>		90
<b>Nachrichten und Berichte aus dem Deutschen Sportlehrerverband</b>		92
<b>Lehrhilfen</b>	<i>Dirk Neumann</i>	
	Schüler und Schülerinnen entwickeln ein Rugbyspiel – Mit Hilfe der Methode der genetischen Spielentwicklung	1
	<i>Jörg Eisenacher</i>	
	Leitfaden für eine gelungene Sportstunde	8
	<i>Robert Horsch</i>	
	Empowerment im Sportunterricht	11
	<i>Heinz Lang</i>	
	Verletzte oder vom Sport befreite Schüler können wertvolle Helfer sein	15
<b>Titelbild</b>	<i>Marcus Wegener</i>	
<b>Fotos</b>	<i>S. 73 und 75 Tina Schulz</i>	

### Beilagenhinweis:

Der Gesamtauflage dieser Ausgabe liegt eine Beilage der Firma Klühspies Reisen GmbH & Co.KG, 58533 Halver-Oberbrügge, bei.

## Brennpunkt

# Schulsport und Sportunterricht eine Integrationshilfe für Flüchtlinge?

Kann Schulsport und Sportunterricht die ihm zugewiesene Funktion des Integrationsmotors wirklich leisten? Welche Rahmenbedingungen sind erforderlich, um einem solchen Auftrag gerecht zu werden? Sind unsere Sportlehrkräfte dieser Aufgabe gewachsen?

„Der Sport“ wird von vielen Stellen als ein Integrationsmotor angesichts der aktuellen Flüchtlingssituation bemüht. Sozialintegrative Potentiale werden ins Feld geführt. Beiträge in diversen Medien legen nahe, dass sich Bewegung, Spiel und Sport positiv auf Integrationsprozesse auswirken, ein Miteinander fördern und eine Verständigung zwischen unterschiedlichen Kulturen erleichtern. Gestützt werden die Aussagen u. a. vom 12. Sportbericht der Bundesregierung aus dem Jahr 2010 im Kapitel „Gesellschaftliche Bedeutung des Sports“. Sport hilft – dem Bericht zu Folge – „Kontakte zu knüpfen und Freundschaften zu schließen“, „soziale und interkulturelle Kompetenzen“ zu erwerben und „Vorbehalte ab(zu)bauen und gegenseitiges Verständnis auf(zu)bauen“. Weiterhin bekommen Werte wie „Toleranz, Respekt und Teamgeist“ für Kinder und Jugendliche „Alltagstauglichkeit“ (Drucksache 17/2880, S. 90).

Ohne auf Integrationsmodelle und deren Umsetzungen näher einzugehen – z. B. zwischen assimilierenden und interaktionistischen Zugängen – bleibt die Frage, ob sich Integration „einfach so“ als Folge gemeinsamer Sportstruktur ergibt oder ob erst bestimmte Bedingungen gegeben sein müssen, um Integrationsprozesse in Gang zu setzen. Vor dem Hintergrund des „3. Kinder- und Jugendsportbericht(s)“ (2015) lässt sich konstatieren, dass der „Forschungsstand zur sozialen Integration durch Sport (...) als vergleichsweise gut eingeschätzt werden (kann)“ (S. 265). Ausgewertete Jugendstudien lassen die Vermutung zu, dass im Sport „interethnische Kontakte unter Jugendlichen überhäufig vorkommen“ (ebd.). Einschränkend muss jedoch erwähnt werden, dass sich die Studien auf den organisierten Sport konzentrieren. Im Übergang vom organisierten Sport zum institutionell verantworteten Sport in der Schule kann zusammenfassend (lediglich) festgehalten werden, dass jugendliche Sportlerinnen und Sportler mit Einwanderungshintergrund selbstbewusster und effektiver mit Anforderungen im Schulalltag umgehen als

sportabstinente Jugendliche aus der befragten Gruppe (vgl. S. 269).

Wie sieht die Situation im Sportunterricht aus, der anders als Vereinssport und außerunterrichtliche Schulsportangebote Berührungspunkt **aller** Heranwachsenden mit sportbezogenem Handeln ist?

Informelle Recherchen lassen die Vermutung zu, dass Sportlehrkräfte mit der aktuellen Flüchtlingssituation in Schulklassen „klar kommen“ – dass sich in Einzelfällen Strategien und Ideen entwickelt haben, dass sich individuelle Lösungen als brauchbar und zielführend herausgestellt haben. Das macht neugierig, hinter die Kulissen zu sehen und Antworten und Anregungen aus gelungener (und auch aus misslungener) Praxis heraus zu finden und zur Diskussion zu stellen!

Bei allem Positiven ergeben sich im Einzelnen konkrete Fragen, z. B.:

- Wie gehen Sportlehrkräfte auf die Heranwachsenden mit vielfältigen, (teilweise extremen) persönlichen Fluchterfahrungen zu?
- Wie wird eine Kultur des Miteinander entwickelt?
- Wie verständigen sich Schülerinnen und Schüler, welche Kommunikationswege bleiben den Sportlehrkräften?
- Finden Sportlehrerinnen angemessene Akzeptanz bei männlichen Jugendlichen?

Wie geht's weiter? M. E. sollte eine Plattform geschaffen werden, auf der erprobte Vorgehensweisen im Sportunterricht gesammelt und strukturiert werden. In einem folgenden Schritt sollten exemplarische „Bausteine“ entwickelt werden, die einen Zugang für alle Akteure eines qualitativ hochwertigen Sportunterrichts eröffnen und sichern. In einem dritten Schritt sollte evaluiert werden, ob in dem Setting Sport**Unterricht** der Sport tatsächlich seine sozialintegrativen Potentiale entfalten kann.

Der DSLV ist bereit, ein solches Projekt zu initiieren!



Michael Fahlenbock  
Präsident DSLV



Michael Fahlenbock

# Bewegungsförderung bei Berufsschülern

## Praxisideen für den Sportunterricht

Christopher Grieben, Fabienne Frick, Andrea Schaller, Birgit Mager & Ingo Froböse

Zusammenfassung  
Abstract  
Zusammenfassung  
Abstract  
Zusammenfassung  
Abstract  
Zusammenfassung  
Abstract  
Zusammenfassung  
Abstract

*Um der körperlichen Inaktivität von jungen Erwachsenen entgegenzuwirken, muss ein zeitgemäßer Sportunterricht im Berufskolleg verhaltens- und verhältnispräventive Maßnahmen einschließen. Dabei sind spezifische Bedürfnisse und der Lebensstil der Schülerinnen und Schüler unmittelbar in die Planung einzubeziehen. Der vorliegende Beitrag beschreibt die Umsetzung eines multidimensionalen Ansatzes zur Bewegungsförderung im Sportunterricht.*

### Facilitating Movement for Vocational School Students: Practical Suggestions for Physical Education

*In order to compensate the physical inactivity of young adults, physical education for today's vocational school students has to include preventive measures influencing their behavior and the context. Thereby the students' specific needs and lifestyles have to be directly considered during the planning. The authors describe the implementation of a multi-dimensional concept to facilitate movement in physical education.*

### Sportunterricht in der Berufsschule – Die Chance für einen gesunden Lebensstil

Obwohl das junge Erwachsenenalter aufgrund biologischer, kognitiver und seelischer Veränderungen häufig als „Schlüsselphase“ des Lebens für die Etablierung gesundheitsförderlicher Verhaltensweisen bezeichnet wird (Nelson, Story, Larson, Neumark-Sztainer & Lytle, 2008), stellt diese Zielgruppe aktuell eine stark vernachlässigte Gruppe im Rahmen der Gesundheitsförderung dar (Lohaus & Ball, 2006). Die körperliche Aktivität der jungen Erwachsenen ist, bedingt durch gesellschaftliche Veränderungen, aber vor allem durch Veränderungen der individuellen Lebensgewohnheiten in den letzten Jahren stark gesunken (Lampert, 2010). In der Wissenschaft gilt körperliche Inaktivität bereits als unabhängiger Risikofaktor für die Entstehung zahlreicher chronisch-degenerativer Erkrankungen (Bull & Bauman, 2011). Der Sportunterricht in der Berufsschule besitzt das Potential, die verloren gegangene Bewegungsfreude neu zu wecken. Dabei gilt die Öffnung und Erweiterung des Inhaltsspektrums durch z. B. die Entwicklung neuer Inhaltsbereiche und neuer Bewegungsfelder als zentraler Auftrag des Sportunterrichts, mit dem Ziel, die Schüler zum lebenslangen Sporttreiben zu motivieren.

Die Konzipierung von Unterrichtsreihen im Sportunterricht sollte dabei verhaltens- und verhältnispräven-

tive Maßnahmen einschließen. Für den zielgruppenspezifischen Zugang sind zudem alters- und geschlechtsabhängige Bewegungspräferenzen zu berücksichtigen, um eine positive und motivierende Einstellung zu körperlicher Aktivität und Sport zu erreichen.

Im Rahmen eines Forschungsprojekts der Deutschen Sporthochschule Köln und der Köln International School of Design wurde das Bewegungsverhalten von Berufsschülerinnen und Berufsschülern in kaufmännischen Ausbildungsgängen untersucht. Darauf aufbauend liefert der folgende Beitrag einen Ansatz, wie der Sportunterricht in der Berufsschule modernisiert und zielgruppenspezifisch umgesetzt werden kann.

### Multidimensionaler Ansatz für den Sportunterricht

Um die Schülerinnen und Schüler zu mehr Bewegung zu motivieren, muss der moderne Sportunterricht multidimensional gestaltet sein und auf unterschiedlichen Interventionsebenen ansetzen (Rütten, Abu-Omar, Meierjürgen, Lutz & Adlwarth, 2009). Das hier vorliegende Forschungsprojekt basiert auf den beiden methodischen Ansätzen von Dobbins, Husson, DeCorby und LaRocca (2013) und Jordan, Weiss, Krug und Mensink (2013) (s. Abb. 1).

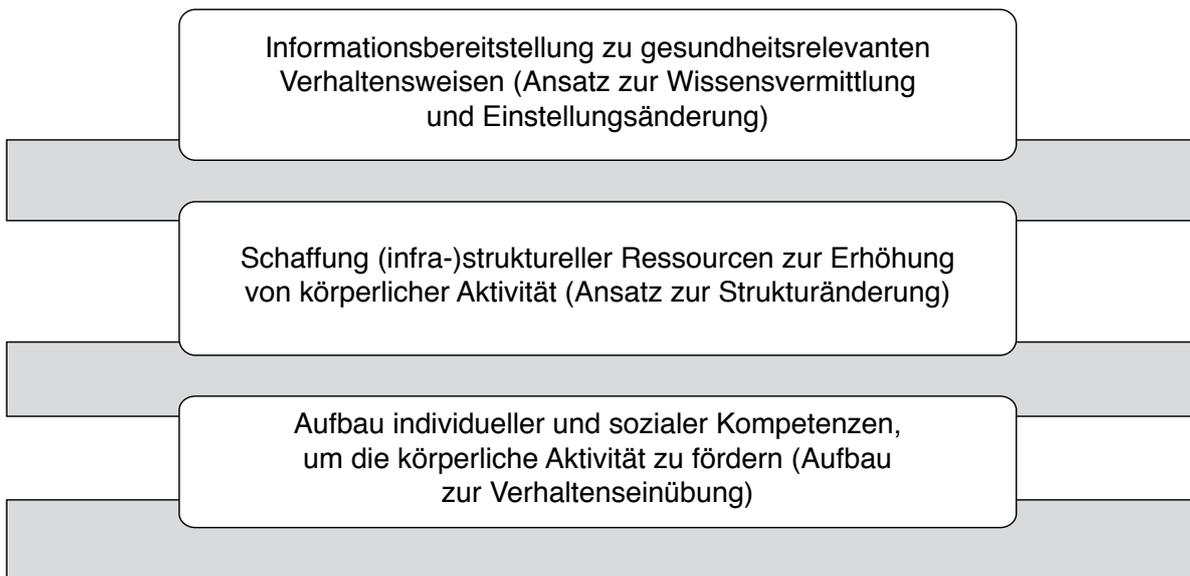


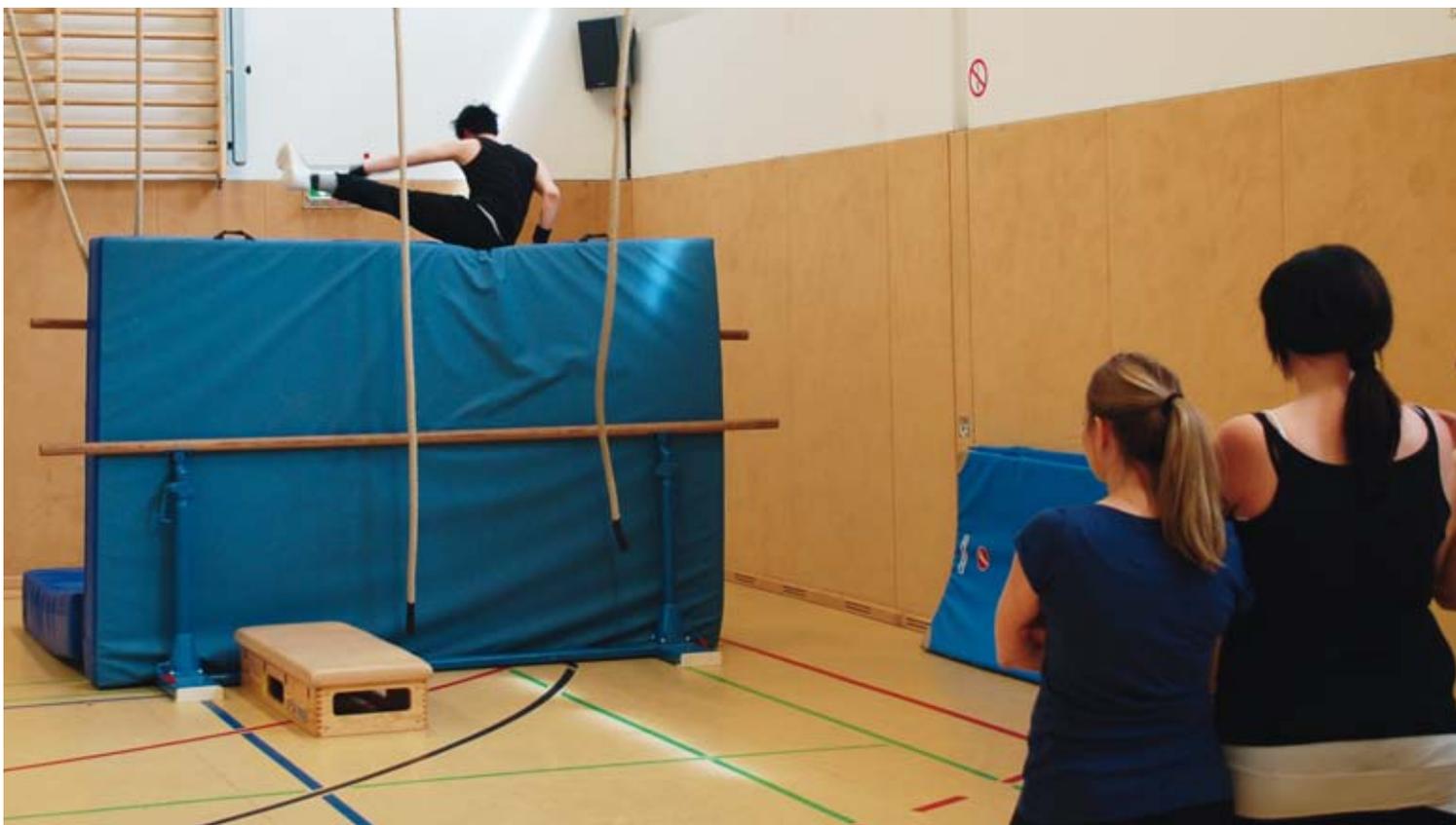
Abb. 1: Methodische Ansätze der Unterrichtsgestaltung (modifiziert nach Dobbins et al., 2013; Jordan et al., 2013)

Die beiden Ansätze schließen sowohl verhaltens- als auch verhältnispräventive Maßnahmen mit ein, welche außerhalb des Sportunterrichts umgesetzt werden sollten. Neben der Einführung neuer Bewegungsfelder im Sportunterricht werden strukturelle Ressourcen geschaffen, um die verloren gegangene Bewegungsfreude neu zu wecken. Ergänzend erfolgt ein Aufbau sogenannter Soft Skills, um die eigenen Ziele und Einstellungen auf die einer anderen Gruppe zu übertragen.

### Umsetzung des multidimensionalen Ansatzes im Rahmen eines kompetenzorientierten Unterrichts für Berufsschüler und Berufsschülerinnen

Innerhalb des Forschungsprojekts zur Gestaltung des Sportunterrichts bei Berufsschülern (Höhere Handelsschule) werden die Schülerinnen und Schüler unmittelbar in die Planungsphase der Unterrichtsreihe mit ein-

Abb. 2: Berufsschüler beim Parcours





**Dipl.-Sportwiss.  
Christopher Grieben**

Wissenschaftlicher  
Mitarbeiter am Institut für  
Bewegungstherapie und  
bewegungsorientierte  
Prävention und Rehabilitation  
der Deutschen  
Sporthochschule Köln.

Am Sportpark  
Müngersdorf 6  
50933 Köln

c.grieben@dshs-koeln.de

bezogen. Aufbauend auf einer Ist-Analyse bzgl. räumlicher und zeitlicher Rahmenbedingungen durch den Lehrer werden leitfadengestützte Interviews mit den Schülern sowie Beobachtungen eines Expertenteams im Sportunterricht durchgeführt. Auf Grundlage der ausgewerteten Interviews definieren Experten unterschiedlicher Fachrichtungen (Sportwissenschaftler, Gesundheitswissenschaftler und Lehrer) die Schwerpunktthemen der Unterrichtsreihe. Im Anschluss erarbeitet das Expertenteam gemeinsam die Stundenbilder aus.

Die Auswertung der Ergebnisse der Fokusgruppengespräche sowie der leitfadengestützten Schüler- und Lehrerinterviews kann der Tabelle 1 entnommen werden.

Auf der Basis der hier gewonnenen Ergebnisse liegt der Schwerpunkt der Unterrichtsreihe (6 x 90 min) in der Bewegungsvielfalt. Dabei werden neue, vielfältige, praktische und zielgruppenspezifische Bewegungsanregungen vermittelt, die darauf abzielen, neue Bewegungserfahrungen zu sammeln, die gestalterische Kreativität zu fördern und die Körperwahrnehmung zu verbessern. Durch den ergänzenden Aufbau von Kooperationen aus naheliegenden Sportvereinen wird den Schülerinnen und Schülern die Möglichkeit geboten, die neuen Sportarten vertiefend auch außerhalb des Sportunterrichts durchzuführen.

Tab. 1: Ergebnisse der Fokusgruppengespräche und leitfadengestützten Interview.

Charakteristika und Einstellungen der Zielgruppe
Heterogene Leistungsbereitschaft
Geringe Motivation, eine Sportart über einen längeren Zeitraum durchzuführen
Grundlegend unterschiedliche Motive und Interessen zwischen Männern und Frauen
Grundsätzliches Interesse an Bewegung und Gesundheit
Wunsch nach neuen Bewegungsangeboten
Wunsch nach attraktivem, bewegungsfreudigem Sportunterricht
Integration von Musik

Die Unterrichtsreihe „Bewegungsvielfalt“ setzt sich aus sechs Unterrichtseinheiten zusammen und beinhaltet folgende Themen: „Brain Moove – Lebenslanges Lernen“, „Ausdauer – Höre auf deinen Körper“, „Funktionales Training – Fit für den Alltag“, „Kurzentspannungsverfahren – Kraft tanken“, „BallKoRobics – Die Kombination aus Fitness und Ballsport“, „Le Parkour – Entdecke neue Fortbewegungen“ (s. Abb. 3).

Der Vorteil dieser Unterrichtsreihe besteht in der großen Vielfalt der Sportarten, dem normfreien Gerä-

teaufbau und den beliebig skalierbaren Leistungsanforderungen.

## Unterrichtsreihe „Bewegungsvielfalt“ – Hinweise für die praktische Durchführung

Nachfolgend werden allgemeine Aspekte zu den Stundenbildern sowie Hinweise für eine erfolgreiche Umsetzung überblickartig beschrieben.

Die Stundenbilder werden in Anlehnung an den allgemein bekannten methodischen Aufbau in vier Unterrichtsphasen eingeteilt: Einführungsphase, Aufwärmphase, Hauptphase und Schlussphase.

In der Einführungsphase wird mithilfe der Blitzlichtmethode die Motivation und die Aufmerksamkeit der Schülerinnen und Schüler geweckt. Übergeordnetes Ziel ist die Förderung von bewegungsbezogenen Kompetenzen und die Vorbereitung auf den anschließenden Stundenverlauf.

Die Aufwärmphase verfolgt das Ziel, verbesserte Ausgangsbedingungen bezogen auf die neuromuskuläre, physische und psychische Leistungsfähigkeit herzustellen. Dabei wird diese Unterrichtsphase abwechslungsreich und spielerisch durchgeführt, um die Schlüsselqualifikationen (z. B. Kommunikationsfähigkeit, Konfliktfähigkeit, Teamfähigkeit) zu fördern.

Aufgrund der knappen Zeitressource von 90 Minuten pro Einheit kommt es zu einer Verschmelzung von Hauptphase und Schlussphase. Die Hauptphase beinhaltet das Erlernen, Festigen und Üben von motorischen Fähigkeiten. Die abschließende Schlussphase beinhaltet das Anwenden einer Sicherungs- und Feedbackphase.

## So gelingt die Umsetzung

### 1. Stunde: Brain Move – lebenslanges Lernen

Hintergrund: Brain Move ist eine Kombination aus Wahrnehmung, „Gehirnjogging“ und Bewegung. Die dadurch gewonnenen neuen neuronalen Vernetzungen können sich positiv auf den Alltag und Beruf auswirken. Verbesserungen treten bei der motorischen Leistungsfähigkeit, der Konzentrationsfähigkeit, der Stressresistenz, der Merkfähigkeit, der Problembewältigung und der Kreativität auf.

Der Wechsel von ungewohnten visuellen und koordinativen Aufgaben wirkt motivierend und bietet ständig

neue Reize und Anforderungen. Die Gruppendynamik fördert einerseits den Wettkampfcharakter und auf der anderen Seite die gemeinsamen Erfolgserlebnisse.

### So gelingt die Umsetzung

- Eine Übung wird nicht bis zur Automatisierung durchgeführt, sondern wird beendet, wenn ca. 5 bis 6 von 10 Versuchen funktionieren – dadurch wird die Frustration auf Schülerseite vermieden (Variation statt Perfektion).
- Durch die Auswahl geeigneter Materialien kann der Schwierigkeitsgrad gesteuert werden (z. B. mit Tüchern jonglieren).
- Die Übungen werden zunächst einzeln und dann als Partnerübung (Wettkampfcharakter) durchgeführt.
- Die körperliche Anstrengung ist als gering einzuschätzen; die kognitive Anstrengung ist als hoch einzuschätzen (sofern Zeitressourcen vorhanden sind, bietet sich ein abschließendes Spiel mit viel Bewegung an).

### 2. Stunde:

#### Ausdauer – Höre auf deinen Körper

Hintergrund: Das Thema „Ausdauer“ ist aus unterschiedlichen Gründen (Monotonie, starke Anstrengung, Muskelschmerzen, usw.) kein besonders beliebtes Thema im Sportunterricht der Berufsschülerinnen und Berufsschüler. Aus diesem Grund bezieht sich die Unterrichtseinheit nicht primär auf die Verbesserung der Ausdauerleistungsfähigkeit, sondern auf die Wahrnehmung der Körperreaktionen (z. B. durch den Einsatz von Pulsuhren). Diese werden unmittelbar mit einer anwendungsbezogenen Wissensvermittlung kombiniert.

### So gelingt die Umsetzung

- Der Sensor des Brustgurtes muss leicht befeuchtet werden – die Ausgabe der Pulsuhren muss geschehen, bevor die Schüler in die Umkleidekabine gehen,
- Über- und Unterforderung durch ein Training im richtigen Pulsbereich vermeiden.
- Auswahl attraktiver und abwechslungsreicher Trainingsmethoden (z. B. Fahrtspiel, Staffeltwettbewerbe, Kombination aus Fahrrad fahren und Joggen) erhöht die Motivation.
- Kleingruppentraining und der Einsatz von Musik fördern die Motivation.

### 3. Stunde:

#### Funktionales Training – Fit für den Alltag

Hintergrund: Beim „funktionalen Training“ werden gleichzeitig mehrere Muskelgruppen und Gelenke beansprucht. Es erfolgt ein Ganzkörpertraining ohne den Einsatz von Kraftmaschinen. Das Ziel dieser Unterrichtseinheit ist die Vermittlung von Übungen, die

leicht erlernbar und in verschiedenen Schwierigkeitsgraden überall durchführbar sind.

### So gelingt die Umsetzung

- Während der Übung ist es wichtig, Körperspannung (→ Rumpfstabilität) aufzubauen, damit u. a. ein sicherer Stand gewährleistet werden kann.
- Für einen sicheren Stand müssen Bewegungshinweise gegeben werden.
- Atemhinweise geben: Mit der Belastung wird ausgeatmet und bei der Entspannung wird eingeatmet (Pressatmung vermeiden).
- Dynamische Übungen müssen langsam und möglichst ohne Schwung ausgeführt werden, damit möglichst viele motorische Einheiten rekrutiert werden können.
- Variationen und Modifikationen von Übungen aufzeigen: Hebelwirkung verstärken oder verringern.
- Übungen auf instabilem Untergrund erschweren im Allgemeinen die Durchführung.
- Durchführung in Form eines Zirkeltrainings ist zu empfehlen (Große Muskelgruppen werden abwechselnd trainiert).
- Die Übungen sind bis zur Entstehung eines leicht „brennenden“ Gefühls durchzuführen, um muskuläre Anpassungserscheinungen zu erzielen.



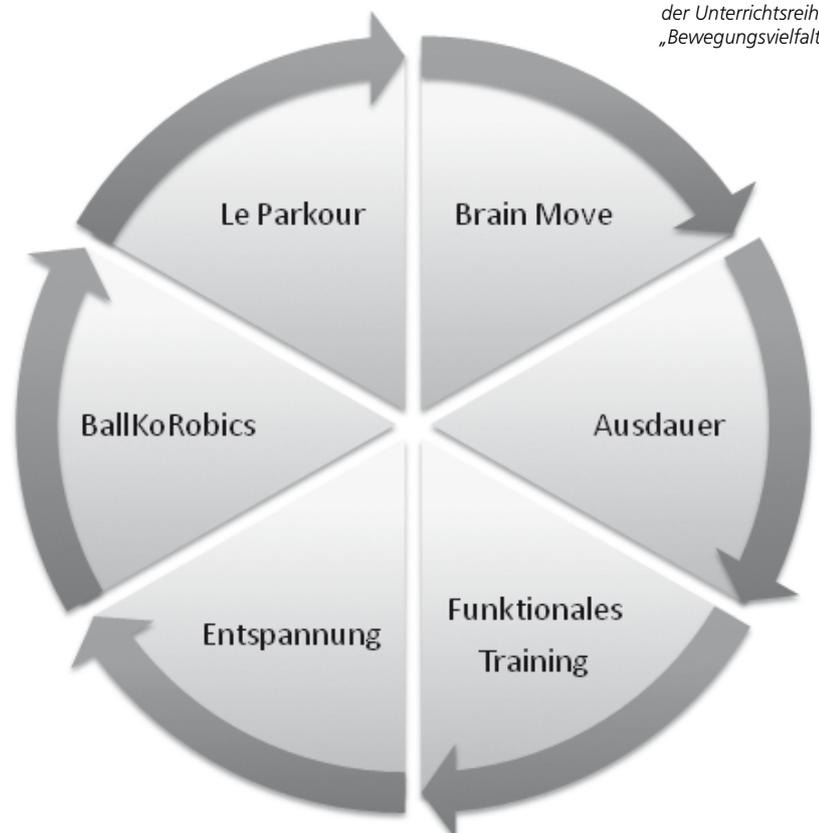
**Dr. Andrea Schaller**

Wissenschaftliche  
Mitarbeiterin am Institut für  
Bewegungstherapie und  
bewegungsorientierte  
Prävention und Rehabilitation  
der Deutschen  
Sporthochschule Köln

Am Sportpark  
Müngersdorf 6  
50933 Köln

a.schaller@dshs-koeln.de

Abb. 3: Inhalte  
der Unterrichtsreihe  
„Bewegungsvielfalt“





**Fabienne Frick**

Wissenschaftliche  
Mitarbeiterin am Institut für  
Bewegungstherapie und  
bewegungsorientierte  
Prävention und Rehabilita-  
tion der Deutschen  
Sporthochschule Köln.

Am Sportpark  
Müngersdorf 6  
50933 Köln

#### 4. Stunde: Kraft tanken – Einsatz von Kurzentspannungsverfahren

Hintergrund: Die Idee dieser Einheit besteht darin, dem aufkommenden Stress im Betrieb und in der Schule entgegenzuwirken. Ziel dieser Unterrichtseinheit ist die Vermittlung von Entspannungsübungen und -methoden (sensorische, imaginative und kognitive Entspannung), die schnell erlernbar und einfach auszuüben sind. Die Schülerinnen und Schüler eignen sich Handlungskompetenzen an, um die Kurzentspannungstechniken in den Berufsalltag zu integrieren.

##### So gelingt die Umsetzung

- Bereitschaft schaffen zu entspannen, indem die Schüler von Situationen auf der Arbeit oder in der Schule berichten, in denen sie besonders gestresst sind.
- Es muss verdeutlicht werden, dass es nicht eine Entspannungsübung gibt, die bei jedem gleichermaßen funktioniert.
- Die Übungen müssen für die praktische Anwendung einen festen Platz im Tagesablauf einnehmen (Alltagstransfer herstellen).
- Brillen und Uhren im Vorfeld ablegen.
- Übungen möglichst liegend oder sitzend mit geschlossenen oder halboffenen Augen durchführen.

#### 5. Stunde: BallKoRobics – die Kombination aus Fitness und Ballsport

Hintergrund: BallKoRobics ist ein Koordinations- und Konditionstraining mit Musik, das sportarttypische Ballbewegungen mit einschließt. Primäres Ziel ist die Förderung der Kreativität durch die Gestaltung neuer Bewegungsabfolgen sowie die Verbesserung der allgemeinen Fitness.

##### So gelingt die Umsetzung

- BallKoRobics ist vielseitig einsetzbar, eignet sich für die Halle und den Sportplatz.
- Die Entwicklung von Choreographien (in der Gruppe) ist bei beiden Geschlechtern motivationsfördernd.
- Das Tempo der Musik richtet sich nach den Phasen innerhalb der Unterrichtsstunde. Beim Aufwärmen, Cool Down und in Schüler-Erarbeitungsphasen sollte die Musik nicht über 135 bpm (beats per minute = Schläge pro Minute) liegen. In der Cardio-(Ausdauer-)Phase kann die Musik auch über 135 bpm haben (Hinweis: Die Schüler müssen jedoch immer in der Lage sein, die Bewegungen technisch einwandfrei auszuführen).
- Schülerinnen und Schüler verfügen häufig über aktuelle Musik, auf die der Lehrer zurückgreifen kann.

- Die Gestaltung einer Choreographie soll zunächst ohne Musik erfolgen, so dass sich die Schülerinnen und Schüler über Inhalte, Variationen, Aufstellungsformen und Ausdrucksverhalten absprechen können,
- Der Einsatz von Volley- und Fußbällen (Alternative: Gymnastikbälle) ist zu empfehlen.
- Das Dribbeln mit den Händen ist genauso wie das Dribbeln mit dem Fuß gewünscht.
- Selbstständige Organisation innerhalb der Gruppe zulassen.
- Vorbereitende Spiel- und Übungsformen mit Ball und Musik (Partnerübungen zur Konzentrations- und Präzisionsförderung).
- Einbeziehung eines Schülerteams in die abschließende Bewertung (aufgrund der Bewertung gestalterischer und kreativer Elemente).

#### 6. Stunde: Le Parkour – Entdecke neue Fortbewegungen

Hintergrund: Le Parkour ist eine Trendsportart und meint die schnelle und effiziente Fortbewegung ohne Hilfsmittel. Die Wege, die man nutzt, entspringen den eigenen Ideen und sind von den vorhandenen Ressourcen und dem eigenen Können abhängig.

Übergeordnete Lernziele sind das Überwinden kleiner Hindernisse und das Anwenden der zuvor gelernten Techniken (Roullade, Passe muraille, Tic-Tac). Die Schüler entwickeln eine individuelle Risikokompetenz und beraten, sichern und motivieren sich gegenseitig beim Überqueren der Hindernisse.

##### So gelingt die Umsetzung

- Absicherung, insbesondere durch Matten (Niedersprung- oder Weichbodenmatten) und Hilfestellungen.
- Modifikationen sind durch Veränderung der Hindernishöhe möglich (passende Herausforderungen wählen).
- Gleichgewichtsübungen, Präzisions- und Niedersprünge und Abrollbewegungen sind elementare Bestandteile und müssen permanent geschult werden (in das Aufwärmen einbinden).
- Hohe Wiederholungszahlen steigern die Sicherheit.
- Abbau von Ängsten und Aufbau von Vertrauen durch Partner- und Vertrauensübungen (langsame Gewöhnung an die Höhe und schmalere Balancierflächen).
- Alle Schülerinnen und Schüler müssen in den Planungsaufbau der Geräteübungen eingebunden werden, um keine Überforderung bzw. Frustration zu erzeugen.
- Stationskarten ausdrucken, um Übungen zu visualisieren; Jedoch soll die Kreativität durch eigene Bewegungen zugelassen werden.



**Dr. Birgit Mager**

Professorin für Service  
Design und Leiterin des  
Forschungszentrums  
sedes-research an der  
Fachhochschule Köln

birgit.mager@fh-koeln.de

- Der Einsatz von Musik und Videosequenzen steigert die Motivation.
- Individuelles Feedback unmittelbar nach der Belastung geben.
- Reflexion über Ängste in Einzel- und Gruppengesprächen ermöglichen.

## Perspektiven

Körperliche, psychische und soziale Veränderungen beeinflussen maßgeblich die Entwicklung der jungen Erwachsenen (Walter & Kailuweit, 2011). Daher ist es eine große Herausforderung, geeignete Bewegungsförderungsprogramme für diese Zielgruppe zu entwickeln (Reik, Woll, Gröben & Berndt, 2010). Die verloren gegangene Motivation an der Bewegung kann durch die Unterrichtsreihe zum Thema Bewegungsvielfalt sowie durch den Aufbau von Kooperationen mit ortsnahen Sportvereinen zurückgewonnen werden. Die vorliegende zielgruppenspezifische Herangehensweise orientiert sich an den Vorgaben des nationalen Schulcurriculums und stellt eine Verknüpfung zwischen Schul- und Arbeitswelt her. Der durchgeführte Ansatz stellt entsprechend eine Bewegungsförderungsmaßnahme dar, die sowohl auf Verhaltens- als auch auf Verhältnisebene ansetzt.

Das vorgestellte Unterrichtskonzept, inklusive entsprechender Stundenverlaufspläne und dazugehörigem Hintergrundwissen sowie weiterführende Materialien können unter [makemove.de](http://makemove.de) kostenfrei heruntergeladen werden.

## Literatur

- Bull, F. C., & Bauman, A. E. (2011). Physical inactivity: the „Cinderella“ risk factor for noncommunicable disease prevention. *Journal of health communication*, 16 (2), 13–26.
- Dobbins, M., Husson, H., DeCorby, K., & LaRocca, R. L. (2013). School-based physical activity programs for promoting physical activity and fitness in children and adolescents aged 6 to 18. *The Cochrane database of systematic reviews*, 2, CD007651.
- Jordan, S., Weiss, M., Krug, S. & Mensink, G. B. M. (2012). Überblick über primärpräventive Maßnahmen zur Förderung von körperlicher Aktivität in Deutschland. *Bundesgesundheitsblatt, Gesundheitsforschung, Gesundheitsschutz*, 55 (1), 73–81.
- Lampert, T. (2010). Frühe Weichenstellung: Zur Bedeutung der Kindheit und Jugend für die Gesundheit im späteren Leben [Setting the course early: relevance of childhood and adolescence for health in later life]. *Bundesgesundheitsblatt, Gesundheitsforschung, Gesundheitsschutz*, 53 (5), 486–497.
- Lohaus, A. & Ball, J. (2006). *Gesundheit und Krankheit aus der Sicht von Kindern* (2. Aufl.). Göttingen: Hogrefe.
- Nelson, M. C., Story, M., Larson, N. I., Neumark-Sztainer, D. & Lytle, L. A. (2008). Emerging adulthood and college-aged youth: an overlooked age for weight-related behavior change. *Obesity (Silver Spring, Md.)*, 16 (10), 2205–2211.
- Reik, R., Woll, A., Gröben, F. & Berndt, E.-D. (2010). Betriebliche Gesundheitsförderung in der Ausbildung. Wie verändert sich der Lebensstil der Jugendlichen über einen zweijährigen Ausbildungszeitraum und welchen Beitrag kann ein Azubi-Fit Programm leisten? *Arbeitsmedizin, Sozialmedizin, Umweltmedizin*, 11, 640–646.
- Rütten, A., Abu-Omar, K., Meierjürgen, R., Lutz, A. & Adlwarth, W. (2009). Was bewegt die Nicht-Beweger? *Prävention und Gesundheitsförderung*, 4 (4), 245–250.
- Walter, U., & Kailuweit, I. (2011). Gesund jung?! Herausforderung für die Prävention und Gesundheitsförderung bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen – ein Vorwort. In Kaufmännische Krankenkasse (Hrsg.), *Gesund jung?! Herausforderung Prävention und Gesundheitsförderung bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen* (S. 1–2). Berlin, Heidelberg: Springer.

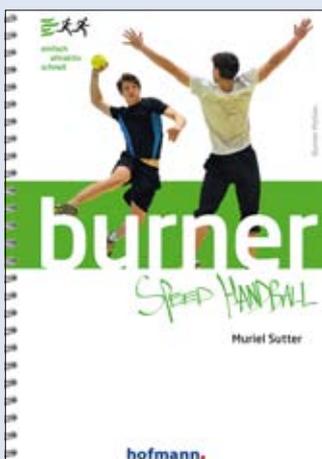


**Dr. Ingo Frobose**

Professor und Leiter am  
Institut für Bewegungstherapie  
und bewegungsorientierte  
Prävention und  
Rehabilitation der  
Deutschen Sporthochschule  
Köln

Am Sportpark  
Müngersdorf 6  
50933 Köln

[froboese@dshs-koeln.de](mailto:froboese@dshs-koeln.de)



2015. DIN A5, 72 Seiten  
ISBN 978-3-7780-2941-1

**Bestell-Nr. 2941 € 16.90**

E-Book auf [sportfachbuch.de](http://sportfachbuch.de) € 13.90

- ▶ Spiralbindung
- ▶ Extra starkes Papier
- ▶ Schutzfolien

# burner

SPEED HANDBALL

Das komplexe Sportspiel Handball auch für Menschen mit begrenzten technischen Fertigkeiten erlebbar machen, und gleichzeitig die Ansprüche der Lernenden nach Spiel, Spaß und intensiver Bewegung erfüllen? Dies gelingt mit Speed Handball. Dieses Buch bietet eine erprobte Auswahl an attraktiven Spielformen mit unterschiedlichen Schwerpunkten, mit denen passen, fangen, schießen und sinnvolles Bewegungen mit und ohne Ball spielerisch erarbeitet wird.

Muriel Sutter

# Schwimmfähigkeit in den Lehrplänen der Grundschulen

Theodor Stemper & Maike Kels

Die Vermittlung von „Schwimmfähigkeit“ gilt u. a. als Aufgabe des Schwimmunterrichts im Rahmen des Schulsports in der Grundschule. Der vorliegende Beitrag geht der Frage nach, wie diese Aufgabe in den Lehrplänen der 16 Bundesländer verankert ist und welches Verständnis von Schwimmfähigkeit dort vorliegt. Als Vergleichsbasis werden die Kriterien des deutschen Jugendschwimmabzeichens Bronze herangezogen, wie sie sich in der „Deutschen Prüfungsordnung Schwimmen-Retten-Tauchen“ (DSV, 2002) finden. Als Ergebnis findet sich eine sehr große Heterogenität hinsichtlich der für das Ende der Grundschulzeit curricular verankerten Schwimmkompetenzen, die einen dringenden Handlungsbedarf begründen.

## The Ability to Swim in Elementary School Curricula

Teaching the „ability to swim“ is one of the objectives of swimming lessons in the context of elementary school physical education. The authors analyze both what is written in the curricula of the 16 federal states and what is understood by swimming ability. As a basis for comparison they use the criteria of the bronze youth swimmer's certificate published by the German Swimming Association according to the German exam regulations for swimming, lifesaving and diving (2002). The research results show a very high degree of heterogeneity with respect to the diverging expectations of swimming competence at the end of the elementary school, which urgently require improvement.

Bereits in den letzten Jahrzehnten des vergangenen Jahrhunderts, und zwar sowohl getragen durch die Schwimmsporttreibenden Verbände und entsprechenden Berufsverbände als auch durch die Ständige Konferenz der Kultusminister der Länder in der Bundesrepublik, wurde in der Deutschen Prüfungsordnung Schwimmen-Retten-Tauchen (DSV, 2002) eine klare, konsensuelle Positionierung zur Schwimmfähigkeit vorgenommen, erstmals publiziert am 16. Februar 1978 und letztmalig bestätigt am 21. 11. 2002 (Verbände) bzw. 18.06.2004 (Kommission „Sport“ der Länder). Demnach bietet aus nachvollziehbaren Erwägungen erst die Erfüllung der Kriterien des „Bronze-Abzeichens“ den Nachweis des Schwimmenkönnens (1), während das „Seepferdchen“ dort ausdrücklich nur als „Motivationsabzeichen“ tituliert wird. Im folgenden Beitrag soll der Frage nachgegangen werden, ob sich dieser Konsens auch in den Lehrplänen der Grundschule niederschlägt.

## Grundschule und Schwimmfähigkeit

Die Grundschule ist sicher nicht allein verantwortlich für das Schwimmenlernen. Die meisten Menschen lernen Schwimmen sogar nicht in der Schule. So haben nach Aussage der DLRG nur 17,1% aller im Jahre 2004 von ihr Befragten das Schwimmen in der Schule erlernt (vgl. DLRG, 2004, „Emnid-Umfrage“). Das muss in erster Linie nicht heißen, dass die Schule das nicht leistet, sondern dass Heranwachsende vorwiegend in

der Familie, mit Freunden oder in Schwimmkursen bei unterschiedlichen Anbietern (Vereine, Schwimmschulen u. Ä.) Schwimmen lernen. Aber unbestritten ist das Grundschulalter der Lebensabschnitt, in dem die meisten Menschen Schwimmen lernen (vgl. DLRG, 2004: Bis zum 4. Lj. 6,7%, im 5.–10. Lj. 74%), und folglich auch die Grundschule, vor allem für bildungsferne Gruppen, eine der „Schwimmschulen der Nation“.

Doch nicht alle Viertklässler können am Ende der Grundschulzeit als sichere Schwimmer bezeichnet wer-

den, obwohl „in den Bildungsplänen aller Länder die Schwimmfähigkeit als Lernziel mehr oder weniger eindeutig formuliert wird“ (Worth, 2014, S. 33). „Mehr oder weniger eindeutig“ – das ist in diesem Zusammenhang in der Tat eine zutreffende Formulierung. Denn obwohl es eine eindeutige Zustimmung der Länder zur *Deutschen Prüfungsordnung Schwimmen-Retten-Tauchen* gibt (s. o.), ergibt ein Blick in die entsprechenden Lehrpläne aller 16 Bundesländer hinsichtlich der dortigen curricularen Verankerung der Schwimmfähigkeit für das Ende der Grundschulzeit – wie auch schon die grundsätzliche Auseinandersetzung mit dem Thema „Schwimmfähigkeit“ – ein in diesem Ausmaß nicht erwartbares, äußerst heterogenes Bild, das deutlich vom Konsens hinsichtlich des „Bronze-Abzeichens“ als Nachweis der Schwimmfähigkeit bzw. „Schwimmfähigkeit“ abweicht (Tabelle 1).

### Bronze-Abzeichen als Basis für Schwimmfähigkeit und Wassersicherheit?

Auch wenn bis heute noch keine einheitliche Definition von Schwimmfähigkeit vorliegt, können doch in den vorliegenden Publikationen zum Thema bestimmte Kompetenzen ausgemacht werden, die dem Schwimmenkönnen zugrunde liegen sollen (vgl. Kels, 2014). Hierzu werden sowohl die *Basiskompetenz*, eine Strecke im Wasser überwinden zu können, als auch *die zusätzlichen Kompetenzen* – Springen, Tauchen, Gleiten, Auftreiben, Atmen und spezifische Kenntnisse – gezählt.

Vom Konzept der Schwimmfähigkeit im Grunde abzugrenzen, teils aber dennoch damit vermischt, ist das Konzept der „Wassersicherheit“, welche mit einem praktischen Test, „Swim to Survive“ (Kanada) bzw. WSC (Wassersicherheits-Check, Schweiz), überprüft werden soll.

Der WSC (*Swim to Survive*) verlangt das Bestehen der folgenden drei Aufgaben, die unmittelbar hintereinander ausgeführt werden müssen:

- Rolle vom Rand in tiefes Wasser (ROLL into deep water)
- 1 Minute an Ort über Wasser halten (TREAD water for one minute)
- 50 m schwimmen und aussteigen (SWIM 50 metres) (vgl. im Original: Lifesaving Society (Canada), 2014; analog dazu auch für die Schweiz: swimsports, 2008, S. 1).

Die Aufgaben basieren auf der Erkenntnis der (Canadian) Lifesaving Society (2014), dass das Ertrinken i. d. R. in ufernahen Situationen geschieht. Die Prüfung soll daher sicherstellen, dass Personen sich nach einem Sturz ins Wasser wieder selber an den Becken-/Fluss-/

Uferrand retten können. Der WSC überprüft folglich „minimale Selbstrettungskompetenzen zur Ertrinkungsprävention“.

Letztlich entspricht aber das *deutsche Jugendschwimmabzeichen Bronze* gemäß der „Deutschen Prüfungsordnung Schwimmen-Retten-Tauchen“ (DSV, 2002) „summarisch“ den genannten Kompetenzen und kann damit zumindest momentan als das am weitesten anerkannte Maß für die Schwimmfähigkeit gelten (1), wobei sicher zukünftig eine noch stärkere Präzisierung, auch unter Berücksichtigung des WSC, angebracht wäre.

Ausgehend von dieser Basis haben wir zum Thema Schwimmfähigkeit für die diversen Grundschul-Lehrpläne eine vergleichende Analyse zur *curricularen Verankerung des Bronze-Abzeichens* (alternativ dazu auch des „Seepferdchens“), bzw. der dazu weiter oben genannten Kompetenzen, vorgenommen. Das führt zu den in Tabelle 1 zusammengefassten Ergebnissen – und im Fazit zu einem sehr heterogenen, letztlich eher unbefriedigenden Bild.

### Schwimmfähigkeit in den Lehrplänen

Zunächst fällt hinsichtlich der *Strecke*, die die Schülerinnen und Schüler im Wasser überwinden sollen, eine Spanne zwischen minimal 25 m (NW) und maximal 400 m (BY, SN) auf, die von der 200-m-Strecke des „Bronze-Abzeichens“ abweichen. Lediglich die fünf Länder Baden-Württemberg, Hessen, Hamburg, Rhein-



**Dr. Theodor Stemper**

Professor an der  
Bergischen Universität  
Wuppertal  
Arbeitsbereich Fitness &  
Gesundheit, Fakultät 2

Fuhlrottstraße 10  
42119 Wuppertal

stemper@uni-wuppertal.de



**Maïke Kels**  
 Sportstudentin (MA)  
 Lizenzierte Schwimmtrainiererin Bereich Leistungssport  
  
 Bergische Universität  
 Wuppertal  
 Fuhlrottstraße 10  
 42119 Wuppertal  
  
 m.kels@uni-wuppertal.de

Tab. 1: Schwimmfähigkeit in den Lehrplänen der Grundschulen (Stand 12/2014)

Bundesländer	Schwimmen			Springen		Tauchen			Gleiten	Auftrieb	Atmen	Kenntnisse				
	Leistung (Strecke/Zeit)	Anzahl	Schwimmart	Höhe(a)	Art(b)	TT(c)	ST(d)	BW(f)				BR(g)	Retten			
BB	Längere Strecke/Zeit			✓	FS KS	✓	✓	(e)	✓	✓	✓	✓	✓			
BE	Längere Strecke/Zeit			✓	FS KS	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓			
BW		1 2		✓	unt. Formen	✓			✓ (BL+RL)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
BY	Bis 400 m (bzw. 32 min)	1 2	Brust, Rücken oder Kraul	✓	BR,SB, 1m,3m	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
HB			elementare Schwimmtechniken	✓		✓			✓	✓	✓	✓	✓			
HE	200 m in 15 min	1 2		✓	BR,SB, 1m,3m	✓	✓		✓ (BL+RL)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
HH		1	elementare Schwimmtechniken	✓	unt. Höhen	✓			✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
MV	Längere Strecke/Zeit			✓	FS KS	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
NI	5 min	1	beliebig	✓	SB, 1m	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
NW	25 m	1	beliebig	✓	unt. Höhen	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
RP	200 m	1		✓	unt. Höhen	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
SH				✓		✓			✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
SL		1 2	Brust Kraul oder Rücken	✓	BR,SB, 1m	✓	✓		✓ (BL+RL)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
SN	400 m	1 2	Brust Rücken	✓	unt. Höhen	✓	✓		✓ (BL+RL)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
ST	200 m 25 m	1 2	Brust Kraul oder Rücken	✓	FS KS	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
TH	15 min 25 m	1 2		✓	BR	✓	✓		✓ (BL+RL)	✓	✓	✓	✓	✓	✓	

(a) BR = Beckenrand, SB = Startblock; (b) FS = Fußsprung, KS = Kopfsprung; (c) TT = Tiefsprungen, st = schultertief; (d) ST = Streckentauchen; (e) BL = Bauchlage, RL = Rückenlage; (f) BW = Bewegungsraum Wasser; (g) BR = Baderegeln

land-Pfalz und Sachsen-Anhalt nennen diese Strecke ausdrücklich (BY und SN dagegen mit 400 m die doppelte Strecke). Darüber hinaus herrscht Uneinigkeit, ob diese schwimmerische Leistung tatsächlich lediglich als zu überwindende *Strecke*, als durchzuhaltende Zeit oder als *Kombination* aus beidem geprüft werden soll. So wird z. B. in Niedersachsen lediglich eine Schwimmzeit von 5 min vorgegeben, die Meteranzahl bleibt offen. Hessen kombiniert beide Größen, indem als Vorgabe „200 m in 15 min“ (analog zum Bronze-Abzeichen) vorgegeben wird. In anderen Bundesländern ist die Strecke gar nicht (HB, SH, SL) oder nur wenig konkret als „längere Strecke/Zeit“ (BB, BE, MV) angegeben.

Auch bezüglich der erwarteten *Schwimmtechnik* herrscht große Uneinigkeit. Die Bundesländer Sachsen, Sachsen-Anhalt und Saarland schlagen das Brustschwimmen als erste Schwimmart vor. Die Wechselschwimmarten Rückenkrault- und Kraulschwimmen werden hier als zweite Schwimmart angesetzt, wobei Sachsen explizit das Rückenkraultschwimmen empfiehlt. Die anderen Bundesländer machen hierzu keine konkreten Angaben, sondern halten die Wahl der Schwimmart offen. Bremen und Hamburg beschränken sich auf „elementare Schwimmtechniken“, wobei eine Präzisierung ausbleibt.

Ebenfalls starke Diskrepanzen zeigen sich bei der Durchsicht der Lehrpläne im Hinblick auf die *zusätzlichen Kompetenzen*. Die zentralen Zusatzkompetenzen *Springen* und *Tauchen* finden zwar Eingang in jeden Lehrplan, werden jedoch recht unterschiedlich weit ausgeführt.

In Bayern, Hessen und im Saarland werden konkrete Vorgaben zur Höhe und Art der Sprünge gegeben. Die Schülerinnen und Schüler sollen Fußsprünge von Beckenrand, Startblock, 1-m- und 3-m-Brett sowie Kopfsprünge bewältigen. In vielen Bundesländern (NI, NW, RP, SN) wird nur darauf hingewiesen, dass unterschiedliche Höhen und Formen des Springens berücksichtigt werden sollten.

Unterteilt man das *Tauchen* in Tief- und Streckentauchen (TT, ST), fällt auf, dass in mehr Lehrplänen das Tieftauchen Berücksichtigung findet. Das Tieftauchen beläuft sich meistens auf das Herausholen eines Gegenstandes aus schulertiefem Wasser (st), in manchen Ländern wird dagegen eine Wassertiefe explizit genannt (2 m in BW, HE, HH, SN, ST; 1,8 m in TH). Das Streckentauchen wird weniger oft genannt, wobei die Bundesländer Bayern, Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen hier konkrete Meterzahlen vorgeben, die jedoch uneinheitlich sind und von 6 m (TH) über 10 m (ST) bis hin zu 15 m (BY, SN) reichen.

Mit Ausnahme von Bremen und Schleswig-Holstein wird in allen anderen Bundesländern das Gleiten explizit als Kompetenzerwartung für Grundschüler genannt.



In Baden-Württemberg, Hessen, Saarland, Sachsen und Thüringen wird darüber hinaus auf das Gleiten in Bauch- und Rückenlage verwiesen.

Das *Auftreiben* des Körpers im Wasser findet in 10 Bundesländern Berücksichtigung. Das *Ausatmen* im Wasser oder der *Atemrhythmus* beim Schwimmen wird bei der Hälfte der Bundesländer thematisiert.

Die Schülerinnen und Schüler sollen vor allem in der Phase der Wassergewöhnung die spezifischen und physikalischen *Eigenschaften des Wassers* (BW), wie Widerstand, Auftrieb, Dichte, Strömung und thermische Reize erfahren und mit ihnen reflexiv und verantwortungsbewusst umgehen.

Die Bundesländer sind sich einig, dass die Schüler am Ende der Grundschulzeit über *fachspezifische Kennt-*

nisse verfügen sollen. Eine wichtige Rolle spielen die Kenntnis und Beachtung von *Baderegeln*, um Gefahren im Bewegungsraum Wasser auszuschließen. Die Schülerinnen und Schüler sollen *hygienische Verhaltensweisen* und *Baderegeln* benennen und beachten können. Berlin, Brandenburg, Hamburg, Mecklenburg-Vorpommern, Niedersachsen sowie Sachsen und Sachsen-Anhalt legen darüber hinaus Wert auf Kenntnisse im Bereich der *Fremd- und Selbstrettung*.

Auffällig ist die hohe Wertschätzung, die dem Schwimmen in allen Lehrplänen entgegen gebracht wird, und dass es teilweise als „unverzichtbar“ (SN) bezeichnet wird. Schwimmen zu erlernen, wird im Allgemeinen als Hauptziel des Schwimmunterrichts der Grundschule angesehen (sic!). In den Richtlinien für die Grundschule in Nordrhein-Westfalen lautet es, „Jedes Kind soll am Ende der Grundschulzeit schwimmen können“, wobei als Strecke aber lediglich 25 m, und damit nur „Seepferdchen-Niveau“, genannt wird (Ministerium für Schule und Weiterbildung, 2008).

## Fazit

Nur auf Basis einer eindeutigen Definition und Operationalisierung lassen sich verbindliche Ziele zum Schwimmenlernen formulieren, die dann auch überprüfbar sind und zu belastbaren Aussagen hinsichtlich der Schwimmfähigkeit führen (Stemper & Kels, 2016). Wie bereits oben herausgestellt, wird eigentlich das deutsche Jugendschwimmabzeichen Bronze als Bescheinigung der Schwimmfähigkeit, und damit im Wesentlichen auch eines sicheren Schwimmers, angesehen. Fragwürdig ist hier aber die Tatsache, dass *lediglich drei der 16 Bundesländer (BW, HE, HH) das Schwimmabzeichen Bronze explizit als konkretes Ziel des Schwimmunterrichts* nennen. Unter Berücksichtigung aller in den Lehrplänen genannten Kompetenzen wollen daneben noch *vier weitere Länder* (BY, RP, SN und ST) die „Bronze“-Bedingungen im Wesentlichen erfüllt sehen (2).

Wie sich das zukünftig einheitlicher darstellen könnte, zeigt das Beispiel Hamburg. Realistisch und gut nachvollziehbar wurde dort als Ziel für den Schwimmunterricht am Ende der Grundschulzeit, und als Indikator für die Schwimmfähigkeit, eine Quote von 95% aller Kinder genannt, die die Bedingungen des „Seepferdchen“-Abzeichens erfüllen können sollen, von denen dann wiederum 75% auch zusätzlich noch die Bedingungen des „Bronze“-Abzeichens schaffen sollen (2). So klar und einfach könnte – und sollte – das in Zukunft sein.

Momentan jedoch verfolgen die Fachministerien in den 16 Bundesländern in ihren Lehrplänen noch kein einheitliches Konzept. Neben den Schwimmverbänden

sollte und könnte daher besonders der DSLV dieses aufgezeigte Dilemma als Vorlage nutzen, um auch bundespolitisch dieser Idee (wieder) mehr Nachdruck zu verleihen, so wie das im „Brennpunkt“ der Zeitschrift „sportunterricht“ im vorletzten Jahr bereits angedacht wurde (Streubel, 2014; Worth, 2014).

## Anmerkungen

- (1) Das Bronzeabzeichen erfüllt zwar wesentliche Kriterien für „sicheres Schwimmen“, ist aber laut DSV (2002) noch kein Synonym dafür, so dass dazu noch Folgendes zu finden ist: „Kriterien für ein sicheres Schwimmen sind:
  - sich unter Wasser genauso gut zurechtzufinden, wie über Wasser,
  - auf dem Rücken genauso gut schwimmen zu können, wie auf dem Bauch,
  - 15 Minuten ohne Halt und ohne Hilfen im tiefen Wasser schwimmen zu können,
  - mehrere Sprünge zu beherrschen und
  - beim Wasserschlucken nicht anhalten zu müssen“ (DSV, 2002, S. 7),
 Allerdings sind diese Kriterien wiederum deutungs- und z. T. auch erklärungsbedürftig. Warum soll z. B. beim Wasserschlucken nicht angehalten werden? Und was genau ist „gut zurechtfinden“ oder was sind „mehrere Sprünge“?
- (2) Zugriff auf die Lehrpläne über die entsprechenden Webseiten der Ministerien zwischen dem 06.11.2014 und 09.12.2014

## Literatur

- Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) (2004). *Statement des Präsidenten der DLRG. Vorstellung der Ergebnisse der Umfrage zur Schwimmfähigkeit der Bevölkerung*. Zugriff am 07.01.2015 unter [http://www.dlrg.de/fileadmin/user\\_upload/DLRG.de/Ak-Layout2013/Presse/Statement\\_des\\_Praesidenten\\_der\\_DLRG.pdf](http://www.dlrg.de/fileadmin/user_upload/DLRG.de/Ak-Layout2013/Presse/Statement_des_Praesidenten_der_DLRG.pdf)
- Deutscher Schwimmverband (DSV) (2002). *Deutsche Prüfungsordnung Schwimmen-Retten-Tauchen*. Zugriff am 02.01.2015 unter [http://www.dsv.de/fileadmin/dsv/documents/fitness\\_und\\_gesundheit/Pr%C3%BCfungsordnung\\_KMK.pdf](http://www.dsv.de/fileadmin/dsv/documents/fitness_und_gesundheit/Pr%C3%BCfungsordnung_KMK.pdf)
- Deutscher Schwimmverband (DSV) (2011). *Schwimmen lernen. Handbuch Kursleiterausbildung* (2. überarbeitete Auflage). Kassel: Digitaldruckzentrum.
- Hessisches Kultusministerium (1995). *Rahmenplan Sport Grundschule Hessen*. Zugriff am 25.08.2014 unter <http://grundschule.bildung.hessen.de/rahmenplan/Rahmenplan.pdf>
- Kels, M. (2014). *Schwimmfähigkeit in Aachen – dargestellt aufgrund der Daten des Projekts QuietschFidel* (2011–2014). BA-Thesis, Bergische Universität Wuppertal. Unveröffentlicht.
- Ministerium für Schule und Weiterbildung (2008). *Richtlinien und Lehrpläne für die Grundschule in Nordrhein-Westfalen. Lehrplan Sport*. Zugriff am 02.01.2015 unter [http://www.standardsicherung.schulministerium.nrw.de/lehrplaene/upload/lehrplaene\\_download/grundschule/grs\\_faecher.pdf](http://www.standardsicherung.schulministerium.nrw.de/lehrplaene/upload/lehrplaene_download/grundschule/grs_faecher.pdf)
- Stemper, T. & Kels, M. (2016). Schwimmfähigkeit. Bedeutung – Definition – Prävalenz. *sportunterricht*, 65 (1), 2–9.
- Stemper, T. & Kroll, B. (2014). *Evaluationsbericht zur Maßnahme „Schwimmen lernen in NRW“ als Teilprojekt der Landesinitiative „QuietschFidel“*. Evaluationsbericht, Düsseldorf, 10/2014. Unveröffentlicht.
- Streubel, H. (2014). Brennpunkt – Delfin, Seepferdchen & Co. *sportunterricht*, 63 (3), 65.
- Worth, A. (2014). Brennpunkt – „Schwimmen in der Schule“ – Land in Sicht? *sportunterricht*, 63 (2), 33.

# „Was ist guter Sportunterricht?“

## Dimensionen der Unterrichtsqualität

Christian Herrmann, Sara Seiler & Benjamin Niederkofler

Die Qualität von (Sport-)Unterricht besitzt einen bedeutsamen Einfluss auf die Lernleistung der Schüler (Hattie, 2009). In der Unterrichtspraxis etablierten sich zehn Merkmale guten Unterrichts (u.a. Helmke, 2010), welche in der Unterrichtsforschung zu den drei übergeordneten Basisdimensionen von Unterrichtsqualität, (1) Klassenführung, (2) Schülerorientierung und (3) kognitive Aktivierung, verknüpft wurden (Klieme, Schümer & Knoll, 2001). Diese stellen hinreichend unabhängige und sparsame Kernprinzipien der Unterrichtsqualität dar und sind weitestgehend fachübergreifend formuliert. Ziel dieses Beitrags ist es, diese Basisdimensionen für den Sportunterricht zu konkretisieren, indem neben fachübergreifenden Merkmalen auch fachspezifische Ergänzungen diskutiert werden.

### „What is good Physical Education?“ – The Dimensions of Instructional Quality

The quality of (physical) education significantly influences the student's learning performances (Hattie, 2009). Ten characteristics of good instruction have been established through educational practice (e.g. among others, Helmke, 2010), which are categorized in educational research under three superior fundamental dimensions of instructional quality: 1) classroom management, 2) student orientation and 3) cognitive activation (Klieme, Schümer and Knoll, 2001). These dimensions both represent sufficiently independent and frugal core principles of instructional quality and are formulated for all school subjects. The authors specify these fundamental dimensions for physical education by discussing sport specific supplemental characteristics in addition to the general interdisciplinary ones.

Zusammenfassung  
Abstract  
Zusammenfassung  
Abstract  
Zusammenfassung  
Abstract  
Zusammenfassung  
Abstract  
Zusammenfassung  
Abstract

## Einleitung

In den vergangenen Jahren etablierte sich eine an den Lernergebnissen orientierte Qualitätssicherung im Schulsport (Stibbe, 2014). Diese Ergebnisse stehen in einem engen Zusammenhang mit den vorgelagerten Lehr- und Lernprozessen, welche über eine entsprechende Qualität verfügen müssen. In der Metaanalyse von Hattie (2009) konnte gezeigt werden, dass die Unterrichts- und Lehrervariablen die größte Relevanz für die Lernleistung von Schülern besitzen. In diesem ergebnisorientierten Verständnis von Unterrichtsqualität müssen die vorgelagerten Lehr- und Lernprozesse differenziert beschrieben und analysiert werden. Im Fach Sport stellt die Identifikation relevanter Unterrichtsmerkmale eine zentrale Herausforderung dar, um den Sportunterricht in seiner Qualität zu verbessern (Wolters, Klinge, Klupsch-Sahlmann & Sinning, 2009). Aus einer pädagogischen Perspektive ist der Fokus auf die Unterrichtsqualität besonders bedeutsam, da sie durch die Lehrperson bewusst beeinflusst

werden kann und als leichter veränderbar gilt als Persönlichkeitsmerkmale auf Seiten der Lehrpersonen (Gräsel & Göbel, 2011). Es wird jedoch auch deutlich, dass die Frage, was als qualitativ hochwertig einzuschätzen ist, in hohem Maße davon abhängig ist, welche Ziele im Unterricht verfolgt werden.

Im Rahmen des Angebot-Nutzungs-Modells von Helmke (2010) wird guter Unterricht als lernwirksamer Unterricht verstanden. Dabei werden unter dem Begriff der multiplen Bildungsziele von Unterricht neben Leistungsindikatoren metakognitive, kommunikative und motivationale Schülerfähigkeiten angezielt (Reusser & Pauli, 2010). Aufgrund der Besonderheit des Faches Sport, in dem der Körper in Bewegung thematisiert wird, müssen jedoch fachspezifische Besonderheiten berücksichtigt werden. An dieser Stelle setzt der vorliegende Beitrag an, indem auf Basis des aktuellen Forschungsstandes in der Unterrichtsforschung drei fachübergreifende Dimensionen von Unterrichtsqualität beschrieben und für das Fach Sport spezifiziert werden.



**Dr. Christian Herrmann**

wissenschaftlicher Assistent und Postdoc am Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit der Universität Basel. Er war zuvor an den Universitäten Bayreuth, Mainz und Jena tätig.

Departement für Sport, Bewegung und Gesundheit Universität Basel  
Birsstrasse 320B,  
CH-4052 Basel

christian.herrmann@unibas.ch

## Merkmale und Dimensionen der Unterrichtsqualität

In der Vergangenheit wurden vor allem Unterrichtsmerkmale herausgearbeitet, die unabhängig vom Fach Gültigkeit besitzen. So wurden fachübergreifende Merkmalslisten entwickelt, die zentrale Aspekte von Unterrichtsqualität zusammenfassen. Im deutschsprachigen Raum sind die Merkmale guten Unterrichts von Helmke (2010) sowie von Meyer (2005) verbreitet. Helmke (2010, S. 168–267) unterscheidet zehn fach- und stufenübergreifende Merkmale guten Unterrichts: (1) Effiziente Klassenführung und Zeitnutzung, (2) Klarheit und Strukturiertheit, (3) Konsolidierung, Sicherung, intelligentes Üben, (4) Förderung des aktiven, selbstständigen Lernens, (5) Vielfältige Motivierung, (6) Lernförderliches Unterrichtsklima, (7) Schülerorientierung und Unterstützung, (8) Wirkungs- und Kompetenzorientierung, (9) Passung von Unterrichtsangebot und Lernvoraussetzungen sowie (10) Angemessene Variation von Methoden und Sozialformen. Davon ausgehend formulierte Gebken (2005) acht Merkmale guten Sportunterrichts, welche sich inhaltlich jedoch kaum vom Original abheben und weitestgehend deckungsgleich sind. Steinegger (2013) hat in seiner Arbeit elf Prozessmerkmale für guten Sportunterricht herausgearbeitet und dabei bereits fachspezifische Merkmale ergänzt.

Diese Merkmalslisten bieten durchaus eine gute Orientierungshilfe für die Unterrichtspraxis. Die einzelnen Merkmale sind jedoch aufgrund ihrer inhaltlichen Überschneidungen schwer zu trennen und ihre Zusammenhänge sind theoretisch wie auch empirisch ungeklärt. Entsprechend wurde in der Unterrichtsforschung eine theoretische und empirische Fundierung dieser Unterrichtsmerkmale gefordert, in der übergeordnete Faktoren identifiziert werden, welche hinreichend unabhängige und sparsame Kernprinzipien der Unterrichtsqualität darstellen (Klieme, 2008). Im Zuge der TIMSS-Studie konnten drei Basisdimensionen von Unterrichtsqualität identifiziert werden und zu einem theoretisch wie auch empirisch fundierten Modell verknüpft werden (Klieme, Schümer & Knoll, 2001). Guter Unterricht zeichnet sich aus durch (1) strukturierte, klare und störungspräventive *Unterrichts- und Klassenführung*, (2) unterstützendes, *schülerorientiertes Sozialklima* und (3) *kognitive Aktivierung*.

Dieses fachübergreifende Modell wurde in verschiedenen groß angelegten Studien angewendet (u. a. DESI-Studie, Klieme, 2008; COACTIV-Studie, Kunter et al., 2013), welche durchgängig die drei Grunddimensionen von Unterrichtsqualität bestätigen konnten. Die Grunddimensionen können als eine empirisch verankerte Systematik didaktischer Prinzipien verstanden werden und erscheinen als geeignet, die theoretischen

Konzepte und Wirkungshypothesen der Unterrichtsforschung zu integrieren (Klieme, 2008).

Während die Dimensionen *Klassenführung* und *Schülerorientierung* als weitestgehend fachübergreifend bestätigt werden konnten, zeigte sich, dass die Dimension *kognitive Aktivierung* in den sprachlichen Fächern anders definiert werden musste als in der Mathematik. Dies dürfte in ähnlicher Weise für das Fach Sport zutreffen. Während die Dimensionen *Klassenführung* und *Schülerorientierung* lediglich einer sportspezifischen Ergänzung bedürfen, muss die Dimension *kognitive Aktivierung* grundlegend fachspezifisch ergänzt werden (Herrmann, Seiler, Pühse & Gerlach, 2015). Vor allem die theoretische Fundierung und Abgrenzung von kognitivem und handlungsorientiertem Lernen stellt für das Fach Sport eine besondere Herausforderung dar (Niederkofler & Amesberger, in Vorbereitung). Folgend wird ein Vorschlag für eine Ausformulierung dieser drei Grunddimensionen für das Fach Sport vorgestellt.

### Klassenführung

*Klassenführung* fasst klassische Merkmale der klaren, strukturierten und gut organisierten Instruktion zusammen (Klieme et al., 2001). Unterricht ist ein komplexes Geschehen, in dem Handlungen multidimensional, unmittelbar, simultan, öffentlich und mit unvorhersehbaren Wendungen ablaufen. Die Führung einer Klasse gehört entsprechend zu den pädagogischen Kernaufgaben einer Lehrperson (Haag & Streber, 2012).

Unter guter *Klassenführung* wird ein Unterricht verstanden, der den Schülern eine intensive Nutzung der Lernzeit sowie vielfältige Lerngelegenheiten ermöglicht und in dem möglichst wenige Disziplinprobleme auftreten. Bereits Kounin (1976) betonte die proaktive Steuerung von Unterricht durch die Lehrperson. Störungen treten in jedem (Sport-)Unterricht auf. Allerdings geht es bei Unterrichtsstörungen nicht nur darum, wie man auf diese reagiert. Viel entscheidender ist die Prävention von Störungen im Vorfeld. Gute Lehrpersonen unterscheiden sich nicht nur darin, wie sie auf Störungen reagieren, sondern auch in ihren präventiven Strategien zur Vermeidung von Störungen (vgl. Kunter & Trautwein, 2013). Entsprechend gewinnt das Repertoire an Handlungsalternativen der (Sport-)Lehrperson an Bedeutung. Lehrpersonen müssen in effektiver Weise präventiv oder intervenierend mit Unterbrechungen und Disziplinproblemen umgehen, um Unterrichtsstörungen zu minimieren und die Aufmerksamkeit der Schüler zu sichern (Haag & Streber, 2012; Borich, 2007).

Entsprechend sind Merkmale einer guten *Klassenführung* ...

- eine gute **Organisation, Klarheit und Strukturierung** des Unterrichts.

- klar formulierte und verbindliche **Regeln**, die allen Beteiligten bekannt sind: Dabei sind sowohl Verhaltensregeln (z. B. das Einhalten von Spielregeln) impliziert als auch Regeln zur Gewährleistung der Sicherheit (z. B. beim Auf- und Abbau von Geräten). Zudem müssen allen Beteiligten die Konsequenzen für Regelverstöße bekannt sein.
- **Disziplin** und optimale **Zeitnutzung**: Indem sich alle Schüler aktiv am Unterrichtsgeschehen beteiligen, entstehen weniger Störungen. Dies wird u. a. durch eine Rhythmisierung und Ritualisierung des Unterrichts erleichtert (z. B. bei Übergängen zwischen Unterrichtsinhalten).
- **Diagnosekompetenz** und **Passung**: Die Lehrperson passt das Schwierigkeitsniveau sowie das Tempo an die Schüler der Klasse an.

Die **fachspezifische Besonderheit** des Sportunterrichts beinhaltet das *kompetitive Element des Sports* mit verschiedenen Teilaspekten, wie die körperliche Exponiertheit und die Verletzungsgefahr. Des Weiteren unterscheiden sich das *Unterrichtsmaterial* sowie der *Raum und Ort* des Sportunterrichts bedeutsam von anderen Fächern. Kernelement der Handlungen im Sportunterricht sind körperlich-motorische Bewegungen, welche unter den verschiedenen pädagogischen Perspektiven erfahren werden.

Neben dem Erleben der eigenen psychischen und physischen Grenzen und der körperlichen Anstrengung ist vor allem die körperliche Exponiertheit eine Besonderheit des Sportunterrichts.

Zusätzlich besteht die Gefahr des sozialen Versagens, da Sport im Sportunterricht stets im sozialen Kontext ausgeführt wird. Weiter gilt es die Verletzungsgefahr und die Sensibilität für Gerechtigkeit auf Seiten der Schüler sowie außerschulische Erfahrung im Kontext Sport, die auf den Sportunterricht projiziert wird, zu berücksichtigen (vgl. Hascher & Baillo, 2005). Diese besonderen Herausforderungen können einerseits als Chance gesehen werden, da die Erfahrungen und Ergebnisse im Verhalten und in den Handlungen unmittelbar ersichtlich sind. Andererseits kann die körperliche Exponiertheit zu Blamage und einem Gefühl der Demütigung führen sowie körperliche Aggressivität zu Verletzungen (vgl. Wolters, 2008; Todt & Busch, 2001).

Da bei jeder sportlichen Handlung der (eigene) Körper unmittelbar beteiligt ist, besteht stets die Gefahr von Unfällen des eigenen Körpers oder anderer Körper sowie von Verletzungen an/mit Gegenständen. Deshalb ist von der Lehrperson zusätzlich ein besonderes Augenmerk auf die Sicherheit der Schüler und des verwendeten Materials zu legen. Es bedarf zusätzlicher Regeln und Absprachen, die vor dem Handlungsbeginn für alle Schüler transparent gemacht werden müssen.

Für die verschiedensten Materialien und Sportgeräte, die im Sportunterricht zum Einsatz kommen, wird eine ausreichende Kenntnis von Auf- und Abbau für einen reibungslosen und sicheren Unterrichtsablauf vorausgesetzt. Durch einen klar instruierten Auf- und Abbau kommt es zu keiner Zeitverschwendung. Vielmehr können durch einen sinnvollen Umgang mit den Sportgeräten die Unterrichtsphasen passend und fließend miteinander verbunden werden. Die Struktur des Unterrichts kann dadurch ritualisiert und rhythmisiert werden und alle Schüler können stets aktiv an den verschiedensten Unterrichtsphasen beteiligt sein. Sportunterricht findet nicht nur in der Turnhalle, sondern auch im Freien, an öffentlichen Sportplätzen oder im Schwimmbad statt. Der Schauplatz des Sportunterrichts ist von der Lehrperson im Hinblick auf den zusätzlichen Organisations- (Eintritt, Regeln, etc.) und Zeitaufwand (Anfahrt und Umkleizeit) sinnvoll auszuwählen.

### Schülerorientierung

*Schülerorientierung* beschreibt das Eingehen auf individuelle Lernpotenziale und Bedürfnisse der einzelnen Schüler (Klieme et al., 2001). Hierbei stehen die sozial-emotionalen Unterrichtsmerkmale im Fokus, welche für das Klassenklima, die Lern- und Interessensentwicklung sowie für die intrinsische Lernmotivation bedeutsam sind (Gräsel & Göbel, 2011).

Merkmale der *Schülerorientierung* sind ...

- **Fürsorglichkeit** durch die Lehrperson: Der Lehrer zeigt Interesse für die Probleme und die benötigte Hilfe der Schüler. Durch eine angemessene Rückmeldung und Unterstützung kann dies zu einer positiven Lehrer-Schüler-Beziehung führen, welche auf Respekt, Vertrauen und positiven Emotionen basiert.
- **Individuelle Bezugsnormorientierung**: Leistungsfortschritte werden durch ein konstruktives, positives und individuelles Lehrerfeedback rückgemeldet.
- **Schülermitbestimmung**: Die Schüler können bei der Gestaltung des Unterrichts Themen und Aufgaben



**Sara Seiler**

Wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Pädagogischen Hochschule der Fachhochschule Nordwestschweiz. Sie war zuvor an der Universität Basel tätig und promoviert in den Bildungswissenschaften an der Universität Potsdam.





**Benjamin Niederkofler**

Wissenschaftlicher Assistent und Doktorand am Interfakultären Fachbereich für Sport- und Bewegungswissenschaft der Universität Salzburg. Er war zuvor an der Universität Basel tätig.

auswählen. Der Lehrer orientiert sich an den Interessen der Schüler.

- **Differenzierung:** Der Lehrer gibt den Schülern unterschiedliche Aufgaben, um der Heterogenität gerecht zu werden und Angst sowie Unter- und Überforderung zu verhindern.

Die **fachspezifischen Besonderheiten** der *Schülerorientierung* im Sportunterricht beinhalten unter anderem den *Umgang mit Erfolgs- und Misserfolgserfahrungen*, die *Mehrperspektivität* von Sport und den *Gegenwartsbezug* des Faches.

Eine grundlegende Eigenheit des Faches Sport ist die unmittelbare Sichtbarkeit der Ergebnisleistung, der Aufgabenlösung und des Übungsprozesses. Entsprechend sind die Schüler ständig mit Erfolgs- oder Misserfolgserfahrungen konfrontiert. Diese Erfahrungen stehen zum einen im Vergleich mit ihren persönlichen Vorstellungen und Vorerfahrungen, zum anderen im Vergleich mit ihren Mitschülern oder extern vorgegebenen Ansprüchen (z. B. Mess-, Zeittabellen oder Bewegungsvorschriften). Entsprechend benötigen die Lehrpersonen eine spezifische diagnostische Kompetenz, um über eine individuelle Bezugsnormorientierung die Schüler in ihrem Lernprozess emotional zu unterstützen und darüber hinaus die Schüler-Lehrer-Beziehung positiv zu bekräftigen.

Sport kann im Unterricht unter verschiedenen Perspektiven gesehen, bewertet und ausgeführt werden. Die Inhalte des Sportunterrichts sollen unter verschiedenen pädagogischen Perspektiven unterrichtet werden, mit dem übergeordneten Ziel, dass Schüler ihren eigenen Sinn des Sports erörtern und entsprechend für sich sinngeleitet Sport treiben können (Kurz, 2000). Durch einen mehrperspektivischen Sportunterricht werden verschiedene Motivationsgrundlagen der Schüler angesprochen. Hierdurch wird Kompetenzerleben ermöglicht, Bedeutsamkeit erlebt und Betroffenheit erzeugt. Die pädagogischen Perspektiven sprechen die verschie-

denen Lernvoraussetzungen der Schüler und die damit zusammenhängende Motivation an.

Wenige Unterrichtsfächer weisen einen solch starken Gegenwartsbezug auf wie der Sport. Die Berücksichtigung der sich ständig wandelnden und weiterentwickelnden Sport- und Bewegungskultur sollte daher als zusätzliches Prozessmerkmal für einen guten Unterricht praktiziert werden (vgl. Steinegger, 2013).

### Kognitive Aktivierung

*Kognitive Aktivierung* wird als die Anregung zum vertieften Nachdenken und zur elaborierten Auseinandersetzung mit dem Unterrichtsgegenstand umschrieben (Lipowsky, 2009). Ziel eines kognitiv anregenden Unterrichts ist der Aufbau von konzeptionellem und anwendbarem Wissen. Hierbei besteht die Rolle der Lehrperson darin, die Lerngelegenheiten so zu inszenieren, dass die Schüler in der aktiven, kognitiven Auseinandersetzung mit dem Lerngegenstand gefördert werden. Durch die eigene gedankliche Verarbeitung werden die Lerninhalte vertiefend elaboriert und strukturiert.

*Kognitive Aktivierung* beschreibt neben der konstruktiven Lerntätigkeit der Schüler auch die Inszenierungsmerkmale von Lerngelegenheiten (Instruktion, Rahmenbedingungen, Aufgaben etc.), um Lerntätigkeiten bei den Schülern anzuregen. Hierbei muss die *kognitive Aktivierung* durch die Lehrperson von der *kognitiven Aktivität* der Schüler unterschieden werden. *Kognitive Aktivität* ist die nicht direkt sichtbare Lernaktivität des Schülers, die durch die *kognitive Aktivierung* durch die Lehrperson ausgelöst und begleitet wird. *Kognitive Aktivierung* als Qualitätsmerkmal von Unterricht beschreibt also den Prozess der unterstützenden Inszenierung durch die Lehrperson.

Merkmale von *kognitiver Aktivierung* sind ...

- **Unterstützung** durch die Lehrperson: Dies betrifft vor allem die Inszenierung von Unterricht. Den Schülern sollte bspw. die benötigte Zeit für Lernaktivität zur Verfügung gestellt werden. Auch fallen strukturelle Aspekte des Unterrichts darunter. Der Lehrer gibt die Struktur des Unterrichts vor, weist auf wesentliche Aspekte hin und sichert den Lernerfolg zusammen mit den Schülern.
- **Fokussierung** auf ein Lernziel: Das Verfolgen eines Lernziels bzw. Kompetenzziels unterstützt die Wahrnehmung des Lernprozesses, indem es für Transparenz und Orientierung sorgt.
- **Passung des Tempos und der Anforderungen:** Beides kann vom Lehrer an die Bedürfnisse jedes Schülers angepasst werden.
- **Verständlichkeit:** Die Aufgabenstellungen und Erklärungen sind vom Lehrer verständlich und klar formuliert.

I. Klassenführung	II. Schülerorientierung	III. Kognitive Aktivierung
Klarheit, Strukturierung und gute Organisation	Fürsorglichkeit durch den Lehrer	Unterstützung durch den Lehrer
Regelklarheit	Individuelle Bezugsnormorientierung	Fokussierung auf Lernziele
Wenig Disziplinprobleme und optimale Zeitnutzung	Schülermitbestimmung	Aufgreifen von Verhaltensmerkmalen der Schüler
Diagnosekompetenz und Passung	Differenzierung	Ausrichtung des individuellen Lernprozesses am Verhalten und Handeln der Schüler
Beachtung der kompetitiven Elemente des Sports	Soziale und emotionale Orientierung	Eröffnung von Handlungsspielräumen durch Aufgaben
Beachtung der Unterrichtsmaterialien, des Raums und Ortes des Unterrichts	Motivierungsqualität durch mehrperspektivischen Unterricht	Passung des Tempos und der Anforderungen
	Gegenwartsbezug	Berücksichtigung impliziter und expliziter Informationsverarbeitungsprozesse
	Umgang mit Erfolgs- und Misserfolgsereignissen	
	Positives Klima und positive Lehrer-Schüler-Beziehung	

Tab. 1: Grunddimensionen der Unterrichtsqualität für das Schulfach Sport

Als **fachspezifische Besonderheit** der *kognitiven Aktivierung* stellt sich im Sportunterricht vorerst die Frage nach der Relation von Kognition, Motorik und Handeln bei Schülern – also der fachspezifischen *kognitiven Aktivität*. Die *kognitive Aktivität* im Sportunterricht unterscheidet sich von anderen Fächern. Zentrale Elemente sind implizite und explizite Handlungsrepräsentationen. Dort werden beispielsweise typische Folgen von Handlungsschritten als Wenn-Dann-Beziehungen abgebildet. Neben dem Wissen, wie die Bewegung auszuführen ist, steuert die *kognitive Aktivität* die Bewegung, u. a. durch den motorischen Befehl. Eine unterstützende *kognitive Aktivierung* fördert den Schüler also im Aufbau bzw. der Veränderung von solchen Handlungsrepräsentationen. Diese den psychologischen und bewegungswissenschaftlichen Aspekte im Sportunterricht werden bei Niederkofler und Amesberger (in Vorbereitung) aufgearbeitet.

Die didaktische Relevanz der *kognitiven Aktivierung* zeigt sich in der Praxis der Aufgabekultur (Messmer, 2012; Pfitzner, 2014) und spiegelt „die Komplexität von Aufgabenstellungen, Argumentationen und die Intensität des fachlichen Lernens“ wider (Klieme et al., 2001, S. 51). Die Art der Aufgabe (Bewegungs-, Lern- und Kontrollaufgaben) und die damit verbundenen Lösungswege nehmen einen besonderen Stellenwert ein. Schüler erhalten durch die Art der Aufgabe den kognitiven und motorischen Handlungsspielraum, in dem Lösungen möglich sind. Verbalisierte Lösungen und beobachtbare Bewegungen können dabei von der Lehrperson als Indiz für *kognitive Aktivität* genutzt werden: Der Lehrer legt die Aufgabe verständlich dar, bildet sich während der Realisation der Aufgabe ein Urteil und meldet dies dem Schüler unterstützend

zurück. Ein Praxisbeispiel kann Unterricht nach dem „Teaching Games for Understanding“ (TGfU)-Modell (3) (Griffin & Butler, 2005) sein. *Kognitive Aktivierung* wird jedoch in jeder Inszenierungsart und der daraus resultierenden Motorik, dem Verhalten und Handeln der Schüler ersichtlich.

## Diskussion

Im vorliegenden Beitrag wurde versucht, die Grunddimensionen von Unterrichtsqualität für den Sportunterricht zu konkretisieren, indem zu fachübergreifenden Merkmalen fachspezifische Ergänzungen vorgenommen wurden. In der vorstehenden Tabelle wird ein Vorschlag unterbreitet, welche Unterrichtsmerkmale von den Lehrpersonen beeinflusst werden und ausschlaggebend für einen guten Sportunterricht sind.

Diese Auflistung ist zunächst als Entwurf zu verstehen. Die Zusammenhänge der Unterrichtsmerkmale und der drei Grunddimensionen müssen auf theoretischer wie auf empirischer Ebene geprüft und diskutiert werden. So wurden bspw. in der Mathematik konkrete Annahmen darüber getroffen, welcher Zusammenhang zwischen Unterrichtsmerkmalen und Lernzuwächsen besteht. Diese Annahmen konnten im Zuge der TIMSS-Studie empirisch bestätigt werden: Die Grunddimension *Schülerorientierung* ist dabei primär motivationsfördernd, *kognitive Aktivierung* ist für die Lernleistung besonders relevant, während die *Klassenführung* vermutlich die Voraussetzung für beides darstellt (Klieme & Rakoczy, 2008).

Erste Ergebnisse im Fach Sport zur Struktur der Dimensionen *Klassenführung* und *Schülerorientierung* (Herrmann, Seiler, Pühse & Gerlach, 2015) sowie deren Auswirkungen auf das *Interesse* und die *Anstrengungsbereitschaft* (Herrmann, Pühse & Gerlach, under review) konnten bereits vorgelegt werden. Eine besondere Herausforderung liegt in der theoretischen Fundierung und Operationalisierung der *kognitiven Aktivierung*. Zur Diskussion gestellt wird demnächst ein theoriegeleitetes Prozessmodell (Niederkofler & Amesberger, in Vorbereitung). Aufbauend darauf können die Merkmale der *kognitiven Aktivierung* erweitert und ausdifferenziert werden.

Im Rahmen einer empirischen Unterrichtsforschung liegt die abschließende Fundierung der Unterrichtsdimensionen für das Fach Sport in der Überprüfung ihrer Wirksamkeit beim Lernen im Sportunterricht.

### Anmerkungen

- (1) Im Folgenden nur noch Klassenführung.
- (2) Im Folgenden nur noch Schülerorientierung.
- (3) Teaching Games for Understanding (TGfU) ist ein Spielvermittlungskonzept, bei dem sportspielverwandte oder vereinfachte Spiele angewandt werden. Die Schüler werden konstruktiv und nach individuellen Entwicklungsebenen gefördert (Griffin & Butler, 2005). TGfU erfordert begleitendes, unterstützendes Eingreifen des Lehrers.

### Literatur

- Borich, G.D. (2007). *Effective teaching methods* (6. ed.). Upper Saddle River, NJ: Pearson Merrill.
- Gebken, U. (2005). Guter Sportunterricht für alle! In A. Gogoll (Hrsg.), *Qualität im Schulsport* (S. 234–239). Hamburg: Czwalina.
- Gräsel, C. & Göbel, K. (2011). Unterrichtsqualität. In H. Reinders, H. Ditton, C. Gräsel & B. Gniewosz (Hrsg.), *Empirische Bildungsforschung: Gegenstandsbereiche* (S. 87–98). Wiesbaden: VS.
- Griffin, L. L., & Butler, J. I. (2005). *Teaching games for understanding. Theory, research and practice*. Stanningley Leeds: Human Kinetics.
- Haag, L. & Streber, D. (2012). *Klassenführung: Erfolgreich unterrichten mit Classroom Management*. Weinheim: Beltz.
- Hascher, T., & Baillod, J. (2005). Das Wohlbefinden von Schülerinnen und Schülern und seine Bedeutung für die Schulsportforschung. In U. Pühse, W. Firmin & W. Mengisen (Hrsg.), *Schulsportforschung im Spannungsfeld von Empirie und Hermeneutik*. (S. 129–148). Magglingen: Bundesamt für Sport.
- Hattie, J. (2009). *Visible learning: A synthesis of over 800 meta-analyses relating to achievement*. London: Routledge.
- Helmke, A. (2010). *Unterrichtsqualität und Lehrerprofessionalität. Diagnose, Evaluation und Verbesserung des Unterrichts* (3. Aufl.). Seelze-Velber: Klett-Kallmeyer.
- Herrmann, C., Pühse, U., & Gerlach, E. (under review). The influence of teaching quality on student interest and effort in physical education. *Journal of Educational Research Online*.

- Herrmann, C., Seiler, S., Pühse, U., & Gerlach, E. (2015). „Wie misst man guten Sportunterricht?“ – Erfassung der Dimensionen von Unterrichtsqualität im Schulfach Sport. *Zeitschrift für Sportpädagogische Forschung*, 3 (1), 6–26.
- Klieme, E. & Rakoczy, K. (2008). Empirische Unterrichtsforschung und Fachdidaktik. Outcome-orientierte Messung und Prozessqualität des Unterrichts. *Zeitschrift für Pädagogik*, 54 (2), 222–237.
- Klieme, E. (Hrsg.). (2008). *Unterricht und Kompetenzerwerb in Deutsch und Englisch. Ergebnisse der DESI-Studie*. Weinheim: Beltz.
- Klieme, E., Schümer, G. & Knoll, S. (2001). Mathematikunterricht in der Sekundarstufe I: „Aufgabenkultur“ und Unterrichtsgestaltung. In E. Klieme & J. Baumert (Hrsg.), *TIMSS – Impulse für Schule und Unterricht. Forschungsbefunde, Reforminitiativen, Praxisberichte und Video-Dokumente* (S. 43–57). Bonn.
- Kounin, J. S. (1976). *Techniken der Klassenführung*. Bern: Huber.
- Kunter, M., Baumert, J., Blum, W., Klusmann, U., Krauss, S. & Neubrand, M. (2013). *Cognitive Activation in the Mathematics Classroom and Professional Competence of Teachers. Results from the COACTIV Project*. New York, NY: Springer.
- Kunter, M. & Trautwein, U. (2013). *Psychologie des Unterrichts*. Paderborn: Schöningh.
- Kurz, D. (2000). Die pädagogische Grundlegung des Schulsports in Nordrhein-Westfalen. In H. Aschebrock (Hrsg.), *Erziehender Schulsport. Pädagogische Grundlagen der Curriculumrevision in Nordrhein-Westfalen* (S. 9–55). Bönen: Kettler.
- Lipowsky, F. (2009). Unterricht. In E. Wild & J. Möller (Hrsg.), *Pädagogische Psychologie* (S. 73–101). Springer: Heidelberg.
- Messmer, R. (2012). Bewegte Aufgaben: Aufgabenkulturen im Fach Sport. In S. Keller & U. Bender (Hrsg.), *Aufgabenkulturen* (S. 202–213). Seelze: Kallmeyer.
- Meyer, H. (2005). *Was ist guter Unterricht?* (3. Aufl.). Frankfurt am Main: Scriptor.
- Meyer, H. (1997). *Schulpädagogik. Band 1: Für Anfänger*. Berlin: Cornelsen
- Niederkofler B. & Amesberger G. (in Vorbereitung). *Kognitive Handlungsrepräsentationen als Strukturgrundlage zur Modellierung von kognitiver Aktivierung im Sportunterricht*.
- Pfützner, M. (Hrsg.). (2014). *Aufgabenkultur im Sportunterricht. Konzepte und Befunde zur Methodendiskussion für eine neue Lernkultur*. Wiesbaden: Springer.
- Prohl, R. (2010). Fachdidaktische Konzepte des Sportunterrichts. In N. Fessler, A. Hummel & G. Stibbe (Hrsg.), *Handbuch Schulsport* (S. 169–179). Schorndorf: Hofmann.
- Reusser, K. & Pauli, C. (2010). *Unterrichtsgestaltung und Unterrichtsqualität: Ergebnisse einer internationalen und schweizerischen Videostudie zum Mathematikunterricht*. In K. Reusser, C. Pauli & M. Waldis (Hrsg.), *Unterrichtsgestaltung und Unterrichtsqualität. Ergebnisse einer internationalen und schweizerischen Videostudie zum Mathematikunterricht* (S. 9–32). Münster: Waxmann.
- Steinegger, A. (2013). Prozessmerkmale guten Sportunterrichts. In R. Messmer (Hrsg.), *Fachdidaktik Sport* (S. 188–196). Bern: Haupt.
- Stibbe, G. (2014). Kompetenzorientierung – Einführung in das Themenheft. *sportunterricht*, 62 (6), 162.
- Wolters, P. (2008). Qualität im Schulsport. *Sport in Deutschland*, 15–32.
- Wolters, P., Klinge, A., Klupsch-Sahlmann, R., & Sinning, S. (2009). Was ist nach unseren Vorstellungen guter Sportunterricht? *sportunterricht*, 58 (3), 67–72.

# Zum Auftrag des Schulsports – eine Nachlese

Hans Peter Brandl-Bredenbeck & Norbert Schulz

Über die Aufgaben des Schulsports wird in der Fachwelt immer wieder intensiv diskutiert und (zuweilen heftig) gestritten – auch in dieser Zeitschrift. Um dieses wichtige Thema weiter auszuleuchten, wurden die Leser von „sportunterricht“ in zwei Brennpunkten (vgl. die Hefte 6/2013 und 1/2014) ermuntert, sich an der facettenreich und durchaus kontrovers geführten Diskussion zu beteiligen. Möglichst pointiert und knapp sollten sie ihre Vorstellungen zum grundlegenden Auftrag des Schulsports formulieren und einer eigens dafür eingerichteten Rubrik „Zum Auftrag des Schulsports“ zur Verfügung stellen. Immerhin kamen auf diesem Weg insgesamt 12 Beiträge zustande, die im Zwei-Monats-Rhythmus von Januar 2014 bis November 2015 veröffentlicht wurden. Zwölf Autorinnen (3) und Autoren (9) aus Schule (7) und Hochschule (5) haben auf zusammen 32 Seiten den Leserinnen und Lesern Einblicke in ihre Überlegungen und Überzeugungen zum Schulsport gewährt. Offizielle Reaktionen auf die Beiträge waren bislang rar. Außer einem Leserbrief, der zudem nicht die zentrale Thematik betraf (vgl. Heft 9/2015, S. 278 f.), und gelegentlichen Verweisen auf einzelne Stimmen der Beitragsreihe (vgl. z. B. Serwe-Pandrick, 2015) gab es nichts zu vermerken. Informelle Rückmeldungen zur Beitragsreihe reichten von „völlig überflüssig“ bis „interessanter Versuch“.

Eine ähnliche Aktion hatte es in dieser Zeitschrift bereits vor etwa 15 Jahren gegeben. Damals hatte ein Vertreter der Allgemeinen Erziehungswissenschaft (Dieter Lenzen) mit despektierlichen Bemerkungen zum Fach Sport dessen Vertreter in Sportdidaktik, Sportpädagogik und Schulsportpolitik zu ambitionierten Gegenstellungen provoziert, die schwerpunktmäßig die Legitimationsfrage von Schulsport angesichts der seinerzeit diskutierten Alternative von Sportunterricht und Bewegungserziehung aufgriffen und (durchaus unterschiedlich) beantworteten (vgl. dazu die Beiträge in sportunterricht, Heft 3/2000). Die fachlichen Folgen des Disputs damals blieben überschaubar. Zwar wird auf ihn (bis in die Gegenwart hinein) in fachbezogenen Publikationen zuweilen hingewiesen, primär um damit die prinzipielle Begründungsnotwendigkeit von Schulsport zu unterstreichen, sachlich-inhaltlich indes hat er in der Folgediskussion kaum Spuren hinterlassen.

## Argumentationsmuster

Was lässt sich diesmal, rückblickend auf die 12 Beiträge zum Auftrag des Schulsports, als übergreifendes Resümee festhalten? Gibt es sozusagen einen Ertrag, der in zukünftige Überlegungen und Entscheidungen

### Zum Auftrag des Schulsports – 12 Antworten

- H. Hatesaul**, Selbstständiges Erarbeiten von Sportarten, Gestaltung eigener Spielideen, Einschätzung der eigenen Leistungsfähigkeit für die Bewältigung einer Bewegungsaufgabe – geht so etwas überhaupt? (Heft 1/2014).
- R. Erlemeyer**, Kompetenzorientierter versus erziehender Sportunterricht – (k)ein unvereinbarer Widerspruch? (Heft 3/2014).
- H. Frommel**, Schulsport ist einzigartig (Heft 5/2014).
- R. Geßmann**, Sportunterricht – ohne Bewegungsfreude ist alles nichts! (Heft 7/2014).
- H. Hatesaul**, Gesundheitsförderung – Widerspruch zwischen Intention und Ergebnis (Heft 9/2014).
- A. Hummel & T. Borchert**, Reflexionen über den Umgang mit dem Auftrag des Schulsports (Heft 11/2014).
- B. Roth**, Leben ist Bewegung – die physische Dimension der Bildung (Heft 1/2015).
- A. Zeuner**, Erziehung zum und durch Sport (Heft 3/2015).
- S. Geist**, Entwicklungsförderung durch Bewegung (Heft 5/2015).
- E. Michalek**, Mein Anspruch an mich selbst (Heft 7/2015).
- M. Fahlenbock**, Üben als Medium reflektierter Praxis (Heft 9/2015).
- M. Pfitzner**, Ein Essay mit 5 Antworten (Heft 11/2015).



**Dr. Hans Peter Brandl-Bredenbeck**

Professor und Leiter des Sportzentrums der Universität Augsburg

Universität Augsburg  
Lehrstuhl für Sportpädagogik  
Universitätsstr. 3  
86153 Augsburg

brandl-bredenbeck@  
sport.uni-augsburg.de

zum Thema eingebracht werden könnte? Nun, zunächst einmal haben die 12 Versuche den Verlauf der bisherigen Erörterung der „Auftragsfrage“ wohl im Kern bestätigt: Es gibt nicht die eine Auftragszuweisung an den Schulsport, sondern das Angebot ist vielfältig, ruft damit – immerhin – gleichsam zur kritischen Auseinandersetzung und Abwägung auf. Dabei lässt sich die Oberflächenvielfalt der angeführten Argumente und Einzelaspekte offensichtlich auf einige wenige, tiefer gelagerte Grundpositionen zurückführen, die aufgegriffen werden und dann in Variationen in den Einzelbeiträgen auftauchen. Diese Grundpositionen lassen sich nun allerdings nicht mehr in der Alternative „Sport- oder Bewegungserziehung“ fassen; die hat sich – vor allem durch die Ausweitung der Inhalte des Schulsports auf Bewegungsfelder und Bewegungsbereiche – weitgehend erledigt. Stattdessen bietet sich das aktuell breitflächig akzeptierte Konzept des erziehenden Schulsports als Verständnis- und Interpretationsfolie an, mit deren Hilfe wesentliche Aussagen und Positionen der 12 Beiträge verortet werden können. Dabei wird als erziehender Schulsport hier zunächst recht formal jenes Konzept von Schulsport verstanden, das die Schülerinnen und Schüler sowohl in die bestehende Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur einführen (Sachorientierung) als zugleich auch diese Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur für die Förderung der Persönlichkeitsentwicklung der Schülerinnen und Schüler nutzen will (Subjektorientierung). Es liegt auf der Hand, dass die konkretisierende Auslegung dieses polar strukturierten doppelten Auftrags – auch schon oberhalb der Ebene der Einzelschule mit ihren je spezifischen Bedingungen (vgl. Hummel & Borchert) – zu durchaus unterschiedlichen Ergebnissen führen dürfte (vgl. dazu grundlegend Geßmann, 2016).

Im Blick auf unsere 12 Beiträge ist als Erstes ein (erfreulicher) Negativbefund bemerkenswert. In (nahezu) keinem Beitrag ist die Polarität des Doppelauftrags so extrem zur Seite der Sachorientierung hin ausgereizt, dass *Schulsport als reine Gegenwart und Kompensationseinrichtung für Schule* gefordert wird. Die – offensichtlich bei Sportlehrkräften noch immer verbreitete – Vorstellung von Schulsport als „Insel der Entschulung“ (Wolters, 2012, S. 76), auf der nicht Sport unterrichtet, sondern mit den Schülerinnen und Schülern Sport betrieben wird, findet unter unseren Autoren *keine Anhänger* (Ausnahme Frommel, dessen Plädoyer für den „richtigen Sport“, die Konzentration auf die „originären Aufgaben“ und die Warnung vor der Gefahr „zusätzlicher Zielsetzungen“ doch starke Affinitäten zur Entschulungsthese aufzeigt). Ansonsten plädieren alle Texte für ein Schulfach Sport ohne schulischen Sonderstatus – oder positiv formuliert: ausgestattet mit den Merkmalen schulischen Unterrichts als einer Veranstaltung organisierten Lernens. Die weiteren Ausführungen zum Was und Wie dieses Lernens unterscheiden sich indes zum Teil nicht unerheblich. Sie

bieten ein Spektrum, das vor allem durch unterschiedliche Präferenzen bei der Auslegung des Doppelauftrags als auch durch ein unterschiedlich festgelegtes Verhältnis von sportlichem Tun und dessen Reflexion näher bestimmt wird (wobei vage, d. h. nicht näher geklärte Begrifflichkeiten eindeutige Zuordnungen zuweilen erschweren).

In einer als ausgewogen zu bezeichnenden Position regiert das Bemühen, den zentralen Auftrag des Schulsports als eine *möglichst gleichgewichtige Berücksichtigung von Sach- und Subjektorientierung* zu bestimmen. Die Schüler sollen durch den Erwerb sportlichen Bewegungskönnens eine sportliche Handlungsfähigkeit erlangen und – vor allem mithilfe geeigneter methodischer Maßnahmen und Akzentuierungen (Zeuner; Erlemeyer) – sich zu einer selbst- und mitbestimmungsfähigen, sich solidarisch zeigenden Persönlichkeit entwickeln. Dabei werden von einzelnen Autoren Akzentuierungen vorgenommen. So wird z. B. die Vorrangigkeit sportmotorischen Tuns vor allen anderen unterrichtlichen Aktivitäten postuliert (Hummel & Borchert), Fitnesstraining als obligatorisches Thema für eine rechte Erziehung zum Sport gesetzt (Zeuner), aber auch die Förderung von Selbstkompetenz der Schülerinnen und Schüler als wichtiger Aufgabenaspekt von Schulsport hervorgehoben (Michalek). Es wird – für die Herstellung des Gleichgewichts der Kräfte – die Korrektur bestehender Dysbalancen (in der aktuellen fachdidaktischen Diskussion) angemahnt: Eine zu starke Medialisierung des Sports für sozialerzieherische Zwecke müsse zurückgenommen, die aktuell übertriebene Konjunktur reflexiver Elemente im Schulsport auf ein für die Förderung motorischer Lernprozesse sinnvolles Maß zurückgefahren werden (Hummel & Borchert; Zeuner).

Die Forderung nach Relativierung kognitiver Anteile im Schulsport ergibt sich in einer modifizierten Perspektive auch aus der nachdrücklichen *Betonung der emotionalen Qualitäten sportlicher Aktivität* (Geßmann; Roth). Schulsport hat in dieser Variante primär die auf Gegenwart bezogene Aufgabe, den Schülerinnen und Schülern erfüllende Bewegungsfreude zu ermöglichen, in der Hoffnung, ihnen auf diese Weise zugleich den Weg zu einer möglichst lebenslang andauernden Hinwendung zum Sport zu bereiten. Dieser Ansatz fokussiert also die *ästhetisch-sinnliche Komponente als Alleinstellungsmerkmal* des Sports und plädiert für einen Unterricht, der sich vornehmlich um die gelungene, durch Lernanstrengung erworbene sportliche Bewegung bemüht, die von den Schülerinnen und Schülern als lustvolles Erlebnis genossen werden kann und der deshalb möglichst viel der verfügbaren Zeit als Bewegungszeit nutzen sollte.

Sieht man als Alleinstellungsmerkmal des Schulsports nicht seine ästhetisch-sinnliche Komponente, sondern definiert es neu (oder anders), resultiert daraus

zwangsläufig ein veränderter grundlegender Auftrag. In Abgrenzung zum außerschulisch verfügbaren Sport wird in einer Argumentationsvariante das Spezifikum des Sport(-unterrichts) in der Schule darin gesehen, die Schülerinnen und Schüler in emanzipatorischer Absicht zu begründeten Entscheidungen für bestimmte sportliche Optionen zu befähigen, die aus einer Vielfalt zuvor im Unterricht erfahrener und gelernter Formen ausgewählt werden können. Die *(selbst-)reflexive Beschäftigung und Auseinandersetzung mit den außerschulisch üblichen Handlungsweisen des Sports* rückt damit, in gradueller Abstufung von der Primarstufe bis zur gymnasialen Oberstufe, ins Zentrum sportunterrichtlicher Aufgaben (Pfitzner; ähnlich Fahlenbock, der „reflektierte Praxis“ als Gestaltungsprinzip für erziehenden Sportunterricht ansieht).

Auch in einem letzten Argumentationsmuster kommt dem reflexiven Umgang der Schülerinnen und Schüler mit zuvor unterrichtlich vermittelten Erfahrungen ein hoher Stellenwert zu. Reflexion dient hier ebenfalls der Bewusstmachung, Verallgemeinerung, Einordnung und distanzierenden Verfügbarmachung des Erfahrenen. Allerdings wird der Erfahrungsbegriff nicht (nur) an die sportliche Bewegungskultur gebunden, sondern auf den sich bewegenden Körper insgesamt ausgedehnt (Subjektorientierung). Das hat für den Schulsport Konsequenzen auf der Inhaltsebene, die – im Sinn von Bewegungserziehung – prinzipiell das gesamte Spektrum der Bewegungsmöglichkeiten des menschlichen Körpers umfasst. Und das hat Konsequenzen natürlich auch für das Kernziel des Schulsports, das in diesem Fall als *Befähigung der Schülerinnen und Schüler zu einem verantwortungsvollen Umgang mit dem eigenen Körper* festgelegt wird (Geist).

## Fazit

Soweit der Versuch, die 12 Beiträge zum Auftrag des Schulsports im Kontext erziehenden Schulsports halbwegs übersichtlich zu ordnen. Etwas überraschend sind die sehr spärlich vertretenen Bezüge zur fachdidaktisch aktuell im Zentrum stehenden Kompetenzorientierung (Ausnahmen: Erlemeyer, mit zuversichtlich-konstruktivem Tenor; Hummel & Borchert, in eher kritischer Haltung). Ansonsten zeigt sich, dass die Interpretationsspielräume, die das didaktische Konzept des erziehenden Schulsports bietet, von den Autoren gesehen und zur Konstruktion unterschiedlicher Auslegungen genutzt wurden. Solche normativen Differenzierungen hat man wohl zunächst einmal schlicht zur Kenntnis zu nehmen. Ob sie in jedem Fall innerhalb des konzeptionell vorgegebenen Rahmens verbleiben,

wäre jeweils diskursiv zu erörtern. Ob z. B. die Bedeutung der sportlichen Bewegungskultur immer in ausreichendem Maß respektiert wird oder der Anspruch der Schülerindividualität auf kritische Selbstbestimmung in allen Argumentationstypen hinreichend Berücksichtigung findet, darüber muss man sich argumentativ auseinandersetzen – und dann eventuelle Korrekturen anmahnen. Auf zwei Regulative, die für einen solchen Diskussionsprozess herangezogen werden sollten und die auch in einigen der 12 Beiträge angesprochen werden, ist abschließend hinzuweisen.

Den normativen Debatten um den *Auftrag des Schulsports ist unbedingt ein empirisches Widerlager zur Seite zu stellen* (vgl. Hummel & Borchert). Im Klartext: Wünsche an den Schulsport sollten mit Erkenntnissen zum Machbaren konfrontiert und daran gemessen werden. Auf diesem rationalen Weg lassen sich gut gemeinte, aber womöglich etwas realitätsferne Vorstellungen vom Leistungspotential des Schulsports (tendenziell bei Frommel) wohl am ehesten relativieren. Dabei ist die Berücksichtigung entsprechender subjektiver Erfahrungen sicherlich ein erster sinnvoller Schritt (vgl. die Einwände bei Hatesaul), letztlich aber systematisch angelegte empirische Schulsportforschung unabdingbar.

Schließlich: Die Autoren beziehen ihre Überlegungen im Wesentlichen auf den Sportunterricht als für alle Schüler verbindliche Pflichtveranstaltung des Schulsports. Nur in Einzelfällen (und dann lediglich andeutungsweise) bringen sie auch den *außerunterrichtlichen Bereich des Schulsports* und die damit einhergehenden zusätzlichen Gestaltungsmöglichkeiten ins Gespräch (vgl. Pfitzner; Hummel & Borchert; Frommel). Vor allem das komplexe Potential von Bewegung, Spiel und Sport im Kontext von Entwicklungsbestrebungen der Einzelschule dürfte das Nachdenken über den Auftrag des Schulsports noch einmal deutlich komplizierter machen und zu noch differenteren Antworten führen. Der Sache aber wäre das zweifelsohne angemessen.

## Literatur

- Geßmann, R. (2016). Lehrpläne für den Schulsport zwischen Subjekt und Sache. Zeitgeschichtliche Beobachtungen zum Doppelauftrag des Schulsports. In *Kölner Sportdidaktik, Lehrplanforschung – Analysen und Befunde*. Aachen: Meyer & Meyer (i.Dr.).
- Serwe-Pandrick, E. (2015). *Der Feind in meinem Fach? „Reflektierte Praxis“ zwischen dem Anspruch des Machens und dem Aufstand des Denkens*. Vortrag auf der Tagung der dvs-Sektion Sportpädagogik vom 30.04. bis 02.05.2015 in Bochum.
- Wolters, P. (2012). Gegenwarts- und Zukunftsorientierung im Sportunterricht. *Spectrum der Sportwissenschaften*, 24 (2), 65–88.



**Dr. Norbert Schulz**

Deutsche  
Sporthochschule Köln  
Institut für Schulsport/  
Schulentwicklung

Am Sportpark  
Müngersdorf  
50933 Köln

n.schulz@dshs-koeln.de

## Buchbesprechung

Zusammengestellt von Norbert Schulz, Marderweg 55, 50259 Pulheim



E. Hübner & K. Reinhart (Hrsg.) (2015). **Sport – Geschichte – Pädagogik. Festschrift zum 60. Geburtstag von Michael Krüger.** Hildesheim: Arete Verlag. 350 S., € 29,95.

Der Münsteraner und frühere Tübinger Sportwissenschaftler Prof. Dr. Michael Krüger, langjähriges Mitglied im Redaktionskollegium dieser Zeitschrift, hat im Juli 2015 das 60. Lebensjahr vollendet. Aus diesem Anlass fand in Münster ein Festkolloquium statt, bei dem ihm ein 350-seitiges Buch als Festschrift mit dem Titel „Sport – Geschichte – Pädagogik“ überreicht wurde. Diese Festschrift wird von seinen beiden Mitarbeitern Dr. Emanuel Hübner und Dr. Kai Reinhart im Arbeitsbereich Sportpädagogik und Sportgeschichte am Institut für Sportwissenschaft der Westfälischen Wilhelms-Universität Münster herausgegeben und enthält insgesamt 25 Fachbeiträge von Kolleginnen und Kollegen aus dem In- und Ausland. Das Werk insgesamt sowie einige ausgewählte Beiträge speziell werden im Folgenden schlaglichtartig vorgestellt.

Die Originalbeiträge sind thematisch gegliedert in acht Bereiche: „Sport und Kultur“ (hier u. a. mit einem Beitrag von Hermann Bausinger), in „Turnen“ u. a. „Zur Vorgeschichte des Vereinsturnens in Berlin“ (von Josef Ulfkotte), zu verschiedenen „Sportarten“ wie z. B. Schwimmen, Fußball und Leichtathletik, sodann zum „Nationalsozialismus“ (hier u. a. zur Entwicklung des SS- und des Polizeisports im Nationalsozialismus), zu „Doping“ (mit Beiträgen von René Wiese, Marcel Reindold und Stefan Nielsen), zu „Vereine und Institutionen“ (u. a. zur Gründung des Instituts für Sportgeschichte in Baden-Württemberg), zu „Rezeption und Methodik“, wo der Spannungsbogen beispielhaft vom antiken Olympia bis zum 1. FC Kaiserslautern gespannt wird, und schließlich folgen zwei letzte Beiträge zur „Sportpädagogik“, in denen es um „Knechtschaft im Sportunterricht“ (bei Justus Kalthoff) und um den „Kinder- und Jugendsport als Partner in Bildungsnetzwerken“ (bei Nils Neuber und Marion Golenia) geht.

Ganz vorn wird nach dem Vorwort der beiden Herausgeber die Festschrift angereichert mit einer Geburtstags-Laudatio von Prof. Dr. Hans Langenfeld, Krügers akademischen Vorgänger auf dem Lehrstuhl für Sportgeschichte und Sportpädagogik in Münster. Er bescheinigt dem Jubilar eine „beachtliche Breite“ an Themenfeldern in Lehre und Forschung und wünscht ihm ganz am Ende u. a. „Erfolg beim Einsatz für die Erhaltung und Fortentwicklung der Sportgeschichte sowie beim Kampf um ihre Anerkennung als gleichberechtigte Dis-

ziplin der Sportwissenschaft“. Das ebenfalls in der Festschrift abgedruckte Schriftenverzeichnis von Michael Krüger, der im Ehrenamt u. a. dem Kuratorium zur Verleihung des Wissenschaftspreises des Deutschen Olympischen Sportbundes angehört und mehrere Jahre Geschäftsführender Herausgeber der Zeitschrift Sportwissenschaft war, umfasst allein zehn (!) Druckseiten im Buch und ist mit seinen insgesamt 228 Veröffentlichungen aufgeteilt in 13 Monografien, 16 Herausgeberschaften, 101 Aufsätze in Zeitschriften und weitere 98 Buchbeiträge.

Stellvertretend für die versammelten Festschrift-Beiträge seien hier zunächst zwei aus dem Bereich der Sportpädagogik von ganz hinten im Band knapp skizziert, zumal sich die Leserschaft dieser Zeitschrift hier in ihrer Berufspraxis als Sportlehrkräfte direkt angesprochen fühlen dürfte: Justus Kalthoff, wissenschaftlicher (Nachwuchs-)Mitarbeiter bei Michael Krüger in Münster, unternimmt in seinem Beitrag mit dem Titel „Knechtschaft im Sportunterricht. Ein existentialistischer Blick auf die Leistungsbeurteilung“ einen ungewöhnlichen, aber nicht minder aufschlussreichen Versuch, das alltägliche Phänomen der Leistungsbeurteilung im Sportunterricht aus philosophisch-pädagogischer Sicht mit der Intersubjektivitätstheorie von Jean-Paul Sartre zu analysieren. Dies gelingt ihm, indem er Kongruenzen herausstellt, die das allgemeine Verständnis der Struktur und der Konsequenzen des Blicks eines Subjektes (nach Sartre) und die spezifische Situation der Leistungsbeurteilung im Sportunterricht durch eine Lehrkraft kennzeichnen: Der Schüler wird zum Objekt des Lehrkraft-Subjekts. Indem die Lehrkraft den Schüler anblickt, existiert dieser (gemäß der o. a. Theorie) nun als „ein Ding in der Welt“ (S. 327). Seine Ganzheit als Subjekt zerfällt, für die Lehrkraft besteht der Schüler fortan nur noch „aus all den Eigenschaften, die er ihm aufgrund seiner Betrachtung zuschreibt“ (S. 328). Das ist geradezu fatal für den Schüler, denn während des Beobachtungsvorgangs durch die Lehrkraft kann er nicht erkennen, was die Lehrkraft erkennt. Für Kalthoff ist das ein Fall von „Knechtschaft“.

Was folgt daraus? Kalthoff macht Vorschläge, das bestehende Knechtschaftsverhältnis quasi zu entknechten: Grundlage einer Leistungsbeurteilung im Sportunterricht könnte für ihn z. B. eine Videoaufzeichnung sein, bei der die Lehrkraft und der Schüler „gleichberechtigt darüber diskutieren, ob die Kriterien erfüllt werden oder nicht“ (S. 330). Inwiefern eine solche Kommunikation gleichberechtigt ist und sie damit die an anderer Stelle von Kalthoff selbst genannte

Situation „der sonst einseitig asymmetrischen Rollenverteilung“ (S. 330) tatsächlich aufzulösen in der Lage ist, sei dahingestellt. Auch beim Gespräch über einen Videomitschnitt bleibt ein Schüler ein Schüler, der beurteilt werden muss, und die Lehrkraft eine Lehrkraft, die diese Leistungsbeurteilung letztlich zu verantworten hat. Die Diskussion über einen Videomitschnitt kann diese monodirektionale Rollenverteilung nicht per se aufheben, allenfalls der Gerechtigkeit und der Transparenz bei der Entscheidungsfindung einer Leistungsbeurteilung durch die Lehrkraft dienen. Auch der von Kalthoff sicher ganz nett gemeinte (zweite) Vorschlag, die Lehrkraft könne ja wegen der existierenden „Knechtschaft“ ihren Unterricht durch die Schülerinnen und Schüler ebenso beurteilen lassen, löst das Problem m. E. nicht, sondern verlagert es. Sodann wäre nämlich zu fragen, ob sich die Lehrkraft gemäß der eingeführten Intersubjektivitätstheorie nicht selbst zum „Knecht“ machen würde? Mehr noch und in ganz anderer Richtung: Könnten wir nicht (Kalthoff sei Dank!) dann alle Formen von Lehr-Evaluation (auch in der Hochschule) wegen drohender „Knechtschaft“ prinzipiell ablehnen?

Nils Neuber und Marion Golenia titulieren ihren Beitrag mit „Kinder- und Jugendsport als Partner in Bildungsnetzwerken. Grundlagen und Ergebnisse eines Pilotprojekts“. Neuber ist Professor für Bildung und Unterricht im Sport und langjähriger Kollege von Michael Krüger am Münsteraner Institut, Marion Golenia arbeitet als wissenschaftliche Mitarbeiterin auch dort und ist zudem Geschäftsführerin des Centrums für Bildungsforschung im Sport, bei dem es sich um einen institutsinternen Forschungsverbund handelt, dessen Sprecher Nils Neuber ist. Den beiden geht es im Festschrift-Beitrag darum, den organisierten Kinder- und Jugendsport als größten Anbieter außerschulischer Jugendbildung noch besser als einen wichtigen Partner in kommunalen Bildungsnetzwerken zu positionieren – zumal es der gemeinwohlorientierte Kinder- und Jugendsport in der Bildungslandschaft „oft schwer hat, als pädagogisch relevanter Partner anerkannt zu werden“ (S. 335).

Neuber und Golenia rufen in diesem Zusammenhang das differenzierte Verständnis von Lernen in Erinnerung, und zwar mit dem formellen Lernbegriff (1) z. B. wesentlich beim schulischen Lernen, mit dem informellen Lernbegriff (2), der sich mehr oder weniger unorganisiert und freiwillig in der Freizeit so nebenbei vollzieht, und schließlich mit dem non-formalen Lernbegriff (3), auf dem auch die Angebote der Kinder- und Jugendhilfe basieren. Im Sport findet eine Erweiterung dahingehend statt, dass sich die Angebote sowohl in

formalen als auch in non-formalen Settings und in formelle und informelle Bildungsprozesse (sensu Heim) einordnen lassen. In ihrem Pilotprojekt mit drei Kreis-sportbünden und Sportjugenden in Nordrhein-Westfalen ging es darum, den gemeinnützigen Kinder- und Jugendsport als Partner in Bildungsnetzwerken zu profilieren. Als Ergebnis ihrer Evaluation mittels Online-Befragung und problemzentrierter Interviews formulieren sie am Ende insgesamt sechs sog. Gelingensbedingungen, die jetzt auch für andere ein Anlass sein können, sich als Partner in Bildungsnetzwerken (neu) ins Spiel zu bringen: „Selbstvergewisserung – Das eigene Profil klären“ lautet dazu die erste Gelingensbedingung, um sich erstmal auf den Weg zu machen: Das „Verhältnis zum System Schule klären – Zusammenarbeit mit dem formalen Bildungssystem klären“ könnte dann als sechste im Text formulierte Gelingensbedingung so etwas wie den krönenden Abschluss bilden, wenn beide Systeme eine sportbezogene Partnerschaft (z. B. im Ganztage) realisieren.

Nach der Betrachtung dieser beiden Beiträge mit Affinität zum Schulsport ganz zum Schluss noch ein Streifzug durch einen ganz anderen Aufsatz aus dem Themenkomplex „Sport und Kultur“ ganz vorn im Sammelband: Dieser Beitrag spielt im Haus des Sports beim Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB): Ulrich Schulze Forsthövel, der Leiter des DOSB-Projekts „Gedächtnis des Sports“, stellt dieses „Gedächtnis des Sports“ mit seinen Inhalten, seiner Zielsetzung und seiner Arbeitsweise detailliert vor. Dabei referiert er eindrucksvoll „Die Bemühungen des DOSB um Erhalt und Nutzung von Sportkulturgut“ (Titel) und attestiert einerseits ein seit den 1980er Jahren gestiegenes Interesse vor allem beim Aufbau von Sportsammlungen auf regionaler Ebene sowie für die Einrichtung von (auch spartenspezifischen) Sportmuseen in Deutschland. Auf der anderen Seite versteht sich sein Beitrag auch als ein dringender Appell an die gesamte organisierte „Sportfamilie“, sich noch intensiver der archivarischen Arbeit anzunehmen und vorhandene Akten, Materialien, Dokumente etc. zu bewahren und vor Entsorgungsprozessen zu schützen, um solche Sammlungen – so schließt der Aufsatz von Schulze Forsthövel – „als Beitrag zur Stiftung der eigenen Identität begreifen“ zu können und sie damit der Nachwelt als ein bleibendes Zeugnis gelebter Sportgeschichte zugänglich zu machen. Der DOSB hat dazu mit seinem Projekt „Gedächtnis des Sports“ quasi den Weg vorgespurt und eine Projektionsfläche für alle Vereine und Verbände in Deutschland geschaffen. Wer fühlt sich (nicht) davon angesprochen?

*Detlef Kuhlmann*

## Literatur-Dokumentationen

Zusammengestellt von Norbert Schulz, Marderweg 55, 50259 Pulheim

Mess, F., Ossig, M. & Woll, A. (2014).  
**Bewegte Pausengestaltung.**  
**Übungs-/Spielesammlung für Lehrer und Schüler.**  
 (PRAXISideen 59).  
 Schorndorf: Hofmann, 160 S., mit CD-ROM, € 21,90.

Dieses Fachbuch grenzt sich von den inzwischen zahlreichen Publikationen zur Bewegten Schule durch zwei Besonderheiten ab, (1) durch die Fokussierung auf *Bewegungspausen im Unterricht* und die *bewegte Pausengestaltung* (Mittagspause) – der Buchtitel vernachlässigt den ersten Aspekt – sowie (2) durch die „duale“ Ausrichtung des Buchs sowohl für Lehrkräfte als auch für Schüler als Mentoren. Die erste Besonderheit wird konkretisiert durch spezifischen Übungs- und Spiele-Sammlungen zu beiden genannten Bereichen, für die zweite Besonderheit wird ein erprobtes Konzept zur *Schulung von Schülermentoren* eingebracht.

Der Band enthält einen umfangreichen Theorieteil zum Thema „Bewegung in der Schule“. Erörtert werden z. B. Fragen zur Bedeutung von Bewegung in der Schule, zu Bewegung und Lernen, zur Gesundheitsförderung durch Bewegung und zu Konzepten einer Bewegten Schule. Es schließen sich Hinweise zur praktischen Umsetzung des Bewegungs-Konzepts an, wobei z. B. der Prozess zur Rekrutierung, Ausbildung und Einbindung von ausgewählten Schülermentoren („Bewegungsmelder“ bzw. „Bewegungstrainer“) detailliert beschrieben wird, aber auch Informationen zur *Handhabung der Materialien* sowohl im Buch als auch auf der CD gegeben werden. Letztere sind aber teilweise widersprüchlich und von daher nicht immer hilfreich. So ist z. B. die gesamte Übungs- und Spielesammlung nicht (!) sowohl im Buch als auch auf der CD aufgeführt, wie im Text ausgeführt wird; auf der CD ist nur ca. ein Drittel aller ca. 150 Übungs- und Spielformen abgelegt – und dieses Drittel steht nicht im Buch. Es lassen sich deshalb auch nicht, wie es den Lesern von den Autoren angeboten wird, alle Materialien ausdrucken, um sie Schülern wiederholt aushändigen zu können (vgl. S. 54). (Andere Autoren, z. B. auch in dieser Schriftenreihe, gehen sogar noch über dieses freundliche Angebot hinaus und öffnen ihren gesamten lehrpraktischen Teil auf einer beigefügten CD sogar für mögliche Bearbeitungen durch die Nutzer.)

Von den ca. 150 *Spiel- und Übungsformen* in diesem Buch und auf der mitgelieferten CD werden etwas über 100 den Bewegungspausen im Unterricht zugeordnet und nach *Übungen für die Koordination, die Aktivierung und die Entspannung* gegliedert. Zur

bewegten Pausengestaltung werden knapp 50 *Spiele in der Halle oder im Freien* eingebracht. Eine weitere Strukturierung erfolgt hier nicht. Es sind aber im Wesentlichen Lauf- und Fangspiele, Staffelspiele, Wurf- und Abwurfspiele, (kleine) Ballspiele, kooperative Spiele und Geschicklichkeits-Aufgaben, wie sie normalerweise auch im Sportunterricht thematisiert werden. Alle Übungs- und Spielformen des Bandes werden ausführlich und verständlich beschrieben, durch Fotos und Abbildungen ergänzt und veranschaulicht sowie mit Hinweisen auf mögliche Variationen, den Zeitumfang usw. versehen. Sie können fast ausschließlich ohne großen Erklärungs- und Organisations-Aufwand umgesetzt werden. Auch Nicht-Sportlehrende (Bewegungspausen im Unterricht) und versiertere Schüler (beide Bereiche) dürften deshalb in diesem Buch (einschließlich CD) viele gute Anregungen für mehr Bewegung an ihrer Schule finden.

H.-J. Engler

Sutter, Muriel (2014).  
**burner games revolution.**  
 (Band 3 der Reihe Burner Motion).  
 Schorndorf: Hofmann, 55 Seiten, Ringheftung  
 A5-Format, € 14,90.

Dieser dritte Band zu den „burner games“ hat einen verheißungsvollen Untertitel: Neue Ideen für heiße Spielstunden. Gemeint sind aber auch hier traditionelle *Kleine Spiele*, die von der Autorin nach eigenen Angaben ganz *neu interpretiert* werden, was dann auch die Umbenennung rechtfertigt. Diese „Burner“ sollen nicht nur für Kinder, sondern für alle Altersgruppen zu einer coolen Sache und zu einem besonderen Erlebnis werden. Aber galt das für die Kleinen Spiele nicht schon immer?

Als „heiß“ kann sicherlich die recht motivierende Aufmachung der Bände dieser Reihe, die durchgängig von einer coolen Neonfarbe dominiert wird, bezeichnet werden. Für Leserinnen und Leser jenseits der aktuellen „Burner“-Generation dürfte dies allerdings etwas gewöhnungsbedürftig sein. Besonders augenfällig wird es bei den drei Kapitel-Überschriften und den einleitenden Texten: relativ wenig einführende Informationen, dafür ein sehr großer Schrifttyp – und alles in einer grellen Neonfarbe, die voll in die Augen sticht.

Die in diesen 3. Band eingebrachten „neuen Ideen“ zur Fortsetzung der Spiele-Sammlung werden wieder in drei Gruppen eingeteilt: *Kommunikations- und Kennenlern-Spiele*, *Aufwärmspiele* und *Intensivspiele*. Letztere sind erklärungsbedürftig: „In diesem Kapitel wird wirklich Vollgas gegeben. Fantasievolles Rollenspiel hat ebenso Platz wie wilde Jagd und körperbetonter Kampf. Go for it!“ (S. 2). In den gängigen Fachbüchern, die überwiegend auch im Literatur-Verzeichnis aufgeführt sind, weil sie bei der Entstehung der „burner games revolution“ eine bedeutende Rolle gespielt haben (vgl. S. 55), werden diese Vollgas-Spiele, die weit mehr als die Hälfte der insgesamt eingebrachten Spielformen ausmachen, weitergehend strukturiert. Sie heißen dort z. B. *Ballspiele*, *Abwurf-Spiele*, *Lauf- und Fangspiele*, *Kampf- und Raufspiele* sowie *Staffelspiele*.

Die meisten der ca. 40 Spiele sind altbekannt und bewährt, auch wenn sie jetzt teilweise andere Namen haben, modifiziert oder vielfältig variiert sind. Einige der Spiele oder deren Variationen dürften jedoch selbst für Experten neu sein. Sie entstammen der „Inspiration“ der Autorin oder stammen von Personen aus ihrem Umfeld.

Alle Spiele werden ausführlich und gut verständlich beschrieben, durch Fotos bzw. Abbildungen (Organisations- bzw. Ablaufskizzen) veranschaulicht sowie hinsichtlich ihrer Bewegungsintensität, des Material- und Zeitaufwands charakterisiert. „Ein Blick ins Buch reicht, und schon hat man ein neues, tolles Spielerlebnis vorbereitet“ (S. 1). Auch deswegen sind die drei „Burner“-Bände besonders für Lehrende geeignet, die noch keines der gängigen Fachbücher zu den Kleinen Spielen besitzen.

H.-J. Engler

Kröger, Christian & Roth, Klaus (2014).  
**Koordinationsschulung im Kindes- und Jugendalter.** (PRAXISideen 62).  
Schorndorf: Hofmann, 144 S., € 18,00.

Die Autoren – beide publizieren z. B. auch über Spiele und Sportspiele – liefern einen weiteren Band zum Themenbereich Bewegungskonzepte in der Reihe PRAXISideen. Dabei haben sie eine Aufgabenteilung vorgenommen: Roth zeichnet für „Begriffliche und theoretische Grundlagen der Koordinationsschulung“ verantwortlich und Kröger verantwortet (unter Mitarbeit von Larissa Schmidt) die umfangreiche „Sammlung koordinativer Übungsformen“.

Der Theorieteil des Bandes verdient eine besondere Beachtung. In ihm erfährt man in einer kurzen und prägnanten Form alles über *das aktuelle Grundlagenwissen* zum Thema Koordination, z. B. über Ziele, Inhalte und Methoden des Koordinationstrainings bzw. die voneinander abzugrenzenden koordinativen

**LABAN / BARTENIEFF  
BEWEGUNGSSTUDIEN**



**EUROLAB**

Deutsches Wochenend-Format  
Beginn: Oktober 2016

**FORTBILDUNG BASIC/  
ZERTIFIKATSPROGRAMM**

Leitung: Antja Kennedy  
Telefon: +49 30 52282446

info@laban-bartenieff-berlin.de  
www.laban-bartenieff-berlin.de

Einzelkomponenten in den „innerdeutschen“ Systematiken verschiedener Autoren, ferner über ein neues, von Roth weiterentwickeltes *Modell der koordinativen Einzelfähigkeiten*, das die nachfolgende Übungssammlung strukturiert. Dieser sehr informative Theorieteil wird zu Recht als Basis für ein tieferes Verständnis des Praxisteils (und von Koordination allgemein) angesehen. Roth: Ohne dieses Basiswissen hätte die Übungssammlung „nur“ die Funktion eines Kochbuchs – allerdings mit sehr guten Rezepten (vgl. S. 8). Sportstudierende, Sportlehrer und lizenzierte Übungsleiter – sie werden als Zielgruppe genannt – sind also im Umgang mit diesem Buch besonders herausgefordert.

Der Praxisteil enthält über 100 Einzel-, Partner- und Gruppenübungen mit jeweils zahlreichen Variationsmöglichkeiten, die fast ausschließlich mit und an Geräten durchgeführt werden. Sie sind auf die beiden Basisfähigkeiten zur *Koordination unter Zeitdruck* und zur *Koordination unter Präzisionsdruck* ausgerichtet, werden zunächst isoliert geschult und dann mit den Anforderungssituationen *Komplexitäts-, Organisations- und Variabilitätsdruck* kombiniert. Für die schnelle Ein- bzw. Zuordnung der einzelnen Aufgaben sorgt die Kopfzeile in den Aufgabenbeschreibungen. Sie enthält Angaben zu den Druckbedingungen (siehe oben), zur motorischen Ausführungsform (mit Körperteil/en oder Gesamtkörper), zum Gerätebedarf, der Komplexitätsstufe (I–III) und der Sozialform (Einzel-, Partner-, Gruppenübung). Es folgen Fotos und Ausführungsbeschreibungen sowie die bereits angesprochenen Variationen, die die Zahl der Aufgaben insgesamt auf über 300 erhöhen. Durch die drei Komplexitätsstufen können „Kinder und Jugendliche von der Primarstufe bis zum Abitur“ (S. 8) koordinativ angemessen geschult werden. Auf Übungen zur Ballkoordination sowie auf Roll- und Gleitbewegungen wird in diesem Band (und das bei „nur“ 144 Seiten) bewusst verzichtet. Hierzu verweisen die Autoren ganz geschickt auf die „Ballschule“ (Roth & Kröger, 2011) und auf die „Roll- und Gleit-schule“ (Kröger & Riedl, 2011).

H.-J. Engler

## Nachrichten und Informationen

**Thomas Borchert**

**E-Mail: [thomas.borchert@uni-leipzig.de](mailto:thomas.borchert@uni-leipzig.de)**

### Stundenplanung im Doppelpass: „sportunterricht“ und SURF

Seit dem Jahrgang 2007 stellt der Hofmann-Verlag die Zeitschrift „sportunterricht“ in seinem Online-Archiv als Volltext zur Verfügung. Diese Steilvorlage hat das Bundesinstitut für Sportwissenschaft (BISp) aufgenommen und unterstützt die Unterrichtsplanung für Sportlehrerinnen und Sportlehrer mit seinem neuen Sportinformationsportal SURF – „Sport Und Recherche im Fokus“. Unter [www.bisp-surf.de](http://www.bisp-surf.de) vereint das BISp alle seine bisherigen Datenbanken und macht darin auch über 2700 Beiträge (Stand 31.12.2015) aus „sportunterricht“ mit Schlagworten auffindbar – die „Lehrhilfen für den Sportunterricht“ werden dabei natürlich ebenfalls erfasst. Jeder vom Hofmann-Verlag online gestellte Volltext ist innerhalb kürzester Zeit mit dem entsprechenden Datensatz in SURF verlinkt, sodass Texte für die Stundenplanung strukturiert recherchiert werden können.

Wer also z. B. eine Einheit über Basketball vorbereiten und nicht lange in seinen alten Ausgaben von sportunterricht und den Lehrhilfen blättern will, gibt einfach „Basketballspiel“ und „Lehrhilfen für den Sportunterricht“ ein und erhält sofort eine Übersicht, in der entsprechende Artikel als „kostenfreie Volltexte“ direkt vom Server des Hofmann-Verlages heruntergeladen werden können. Als „One-Stop-Shop“ bietet SURF mittlerweile Zugriff auf 15000 frei verfügbare Publikationen. Das BISp wertet dafür neben Monografien und Sammelbänden über 150 wissenschaftliche Zeitschriften systematisch und zeitnah aus.

Das BISp bietet mit SURF für jeden kostenfrei zugänglich Antworten auf drei grundlegende Fragen: Was Sport für Politik und Gesellschaft leistet? Wie Sportler erfolgreich trainieren? Wo Sportwissenschaftler Forschungserkenntnisse finden? Surf das doch mal auf [www.bisp-surf.de](http://www.bisp-surf.de)!

### Fortbildung Basic in Laban/ Bartenieff Bewegungsstudien

Die EUROLAB Fortbildung Basic in Laban/Bartenieff Bewegungsstudien (LBBS) wird unter der Leitung von Antja Kennedy ab Oktober 2016 berufsbegleitend über 2 Jahre in Berlin angeboten und schließt mit einem Zertifikat *Laban/Bartenieff Movement Studies – Basic* ab.

Die Fortbildung Basic beinhaltet das praktische und theoretische Studium der *Bartenieff Fundamentals* Körperarbeit – Schwerpunkt 1. Jahr, der *Laban/Bartenieff*



*Bewegungsstudien* (LBBS) – Schwerpunkt 2. Jahr, der Bewegungsbeobachtung und Notation (Motivschrift) sowie Seminare über die Geschichte und Anwendung der LBBS.

Fortbildungsziel ist es, die Grundlagen für ein umfassendes Bewegungsstudium und ein ganzheitliches Verständnis von Bewegung zu erlangen. Die Absolventen der Fortbildung Basic erweitern ihre kreativen Fähigkeiten und entdecken neue Wachstumsmöglichkeiten, indem sie Bewegungsmuster erkennen und durch die LBBS erweitern. Sie bekommen mehr Klarheit, Koordination und Ausdruck in ihrer Bewegung und verbessern ihre Bewegungsbeobachtung.

Eingangsvoraussetzungen sind: eine abgeschlossene Berufsausbildung oder eine vergleichbare Qualifikation, Nachweis über die Teilnahme an Einführungskursen in LBBS und Englischkenntnisse, um die Fachliteratur zu lesen. Eine breit gefächerte Erfahrung in verschiedenen Bewegungsarten, Tanzstilen oder Sportarten ist von Vorteil.

Das Zertifikat für die Fortbildung Basic wird von dem Europäischen Verband für Laban/Bartenieff Bewegungsstudien – EUROLAB e.V. – vergeben. Mit dem Zertifikat Basic kann das erworbene Wissen im eigenen Berufsfeld angewandt werden. Durch eine Aufbaustufe von zwei weiteren Jahren besteht die Möglichkeit das Zertifikat Certified Laban Movement Analyst (CLMA) zu erlangen.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.laban-ausbildung.de](http://www.laban-ausbildung.de) oder per E-Mail an [info@laban-ausbildung.de](mailto:info@laban-ausbildung.de)

### Internationaler Kongress Nachwuchsförderung 2016

Am 25./26. April 2016 findet der Kongress Nachwuchsförderung NRW 2016 an der Deutschen Sporthochschule Köln statt. Der Kongress wird sich mit der Thematik Leistung ohne Limit – Erfolgsfaktoren der Athletenförderung befassen.

Veranstalter ist das Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport des Landes Nordrhein-Westfalen; ausgerichtet wird der Kongress vom Deutschen Forschungszentrum für Leistungssport Köln (momentum). Es wird gebeten, sich diesen Termin vorzumerken um Sie als Kongressteilnehmerin/Kongressteilnehmer begrüßen zu können.

Den jeweils aktuellen Stand und den Fortschritt der Programmentwicklung können Sie im Internet unter <http://bit.ly/1SLVLW3> abfragen.



### Die Schüler nehmen die erste Hürde – Bündnis für den Schulsport

Weil Turnhallen durch Flüchtlinge belegt sind, geht es für rund 8000 Berliner Schüler statt des traditionellen Schulsports nun zum Klettern, Tanzen oder Schwimmen. Bisher nahmen 341 Klassen an 31 Schulen Angebote des neuen Bündnisses für den Schulsport in Anspruch, sagte Bildungssenatorin Sandra Scheeres (SPD) am Freitag. Die Zahl könne sich noch auf etwa 40 Schulen erhöhen. Lehrer an betroffenen Schulen können auf einem Online-Portal alternative Sportstätten für ihre Klassen buchen.

30 Schulsportstätten werden aktuell als Flüchtlingsunterkunft genutzt – als Notlösung, wie Scheeres betonte. Weitere Schulen sind indirekt betroffen, weil Kinder aus anderen Schulen ihre Hallen zusätzlich nutzen.

Finanziert wird das Projekt aus einem Sonderbudget des Landes von 1,5 Millionen Euro, das bis Juni zur Verfügung steht. Pro Klasse können zunächst bis April 500 Euro beantragt werden. Wie viele Wochenstunden Sport damit möglich sind, will Scheeres nicht festlegen. „Die Schulen sollen so viele Sportangebote wie möglich wahrnehmen können, wenn sie es möchten.“ Die meisten Schüler im Programm kommen bisher aus Pankow und Reinickendorf, wo viele Hallen belegt sind.

### Webportal für den Einsatz von Wearables im deutschen Spitzensport geht online

Das Bundesinstitut für Sportwissenschaft (BISp) hat im Juli 2015 zusammen mit der Innovationsmanufaktur München das Innovationsnetzwerk „Wearable Technologies im Spitzensport“ (WiSS) ins Leben gerufen. Zum Auftakttreffen des WiSS-Innovationsnetzwerks am 18. und 19.02.2016 in Bochum wurde gleichzeitig die neue Wissensmanagementplattform unter WiSS-Netz.de als Beta-Version vorgestellt – mit optimiertem Design für mobile Geräte wie Smartphones oder Tablets.



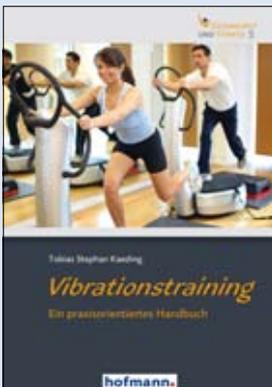
Gemeinsam mit Vertretern und Experten aus Sportverbänden und -organisationen, Wissenschaft und Technologie-Unternehmen will das Innovationsnetzwerk WiSS den deutschen Spitzensport mit adaptierten und spezifischen Wearables-Lösungen voranbringen und die deutschen Athletinnen und Athleten in ihrem Streben nach Medaillen mit neuen Technologien und innovativen Lösungen optimal unterstützen. Denn tragbare Technologien wie Wearables bergen auch für den Leistungs- und Hochleistungssport eine Vielzahl von Anwendungsmöglichkeiten.

Weitere Informationen unter [wiss-netz.de](http://wiss-netz.de)

### medien+bildung.com

medien+bildung.com ist spezialisiert auf Praxisprojekte für Radio, Fernsehen und Multimedia und hat langfristige Partnerschaften in Unterricht und Weiterbildung. Die Angebote richten sich an Menschen jeden Alters: Kinder, Schüler, Jugendliche, Studierende und Erwachsene. Die Medienpädagoginnen und Medienpädagogen kommen zu Ihnen und bringen alles mit: Kompetenz, maßgeschneiderte Konzepte und Technik. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer lernen Medien zu verstehen, selbst zu gestalten und kritisch zu hinterfragen. Die Partner sind alle Bildungseinrichtungen in Rheinland-Pfalz. Das Team handelt im Namen der Gesellschafterin, der Landeszentrale für Medien und Kommunikation (LMK), und ist für das rheinland-pfälzische Ministerium für Bildung, Wissenschaft, Weiterbildung und Kultur (MBWVK) tätig.

medien+bildung.com entwickelt kontinuierlich die Qualität seiner Angebote weiter. 2010 wurde die Gesellschaft erstmals nach dem Verfahren der Lernerorientierten Qualitätsentwicklung in der Weiterbildung (LQW) testiert. 2013 wurde medien+bildung.com zertifiziert von ZERTPUNKT nach AZAV (Akkreditierungs- und Zulassungsverordnung Arbeitsförderung) in den Fachbereichen 3 (Maßnahmen der Berufswahl und Berufsausbildung) und 6 (Maßnahmen zur Teilhabe behinderter Menschen am Arbeitsleben).



Tobias Stephan Kaeding

## Vibrationstraining

Angesichts der häufig widersprüchlichen Aussagen zu den (positiven) Effekten und möglichen Risiken des Vibrationstrainings sowie dessen Anwendung und Umsetzung soll dieses Buch professionellen Anwendern in der Praxis wie beispielsweise Sportwissenschaftlern und Sporttherapeuten, Physiotherapeuten und Medizinern aber auch Privat Anwendern einen vertieften Einblick in die praxisrelevanten theoretischen Hintergründe des Vibrationstrainings sowie der praktischen Umsetzung eines solchen Trainings geben.

2016. DIN A5, 112 Seiten, ISBN 978-3-7780-1161-4

Bestell-Nr. 1161

E-Book auf [sportfachbuch.de](http://sportfachbuch.de)

€ 14.90

€ 11.90

*New!*

## Nachrichten und Berichte aus dem Deutschen Sportlehrerverband

### Landesverband Hessen

#### Hessischer Sportlehrertag am 24. August 2016 in Grünberg

Erste Übersicht über angebotene

Workshops:

- HFV-Programme
- Le Parcours, aber sicher! (UKH)
- Inklusion im Schulsport
- Erlebnispädagogik
- Mountainbiking (Bike Pool Hessen e.V.)
- Wandern (DWJ)
- Basketball
- „Entspannung im Schulalltag“
- KinderLeichtAthletik
- „Turnen“
- „Aktives Gehirntraining im Sportunterricht“
- Schwimmen
- Sport-Thieme GmbH Thema?
- WHEELUP!
- Faszination Stille/Konzentration
- Chinese Jump/Einsatz neuer Medien im Schulsport
- Bouldern im Schulsport
- Beach Volleyball
- Badminton
- „Beweg dich, Schule!“
- Orientierungslauf
- Musik/Choreographie
- Dt. Triathlon
- Life Kinetik
- Ringen Raufen Kämpfen
- Tennis
- Rollen, DTSB
- Fördern und Fordern – Talente erkennen
- Reflektionsmethoden im SU
- Gesunde Ernährung
- 3. Sportstunde ohne Sporthalle – so wird's gemacht!
- Aktiv am Mittag – Bewegung, die fit macht!
- „Zirkus“ – Jonglieren – Akrobatik
- Klettern in der Schule
- Hessischer Tanzverband
- „Gemeinsam Klasse sein!“ – Kooperative Spiele
- Ringen, Raufen, Kämpfen
- Behindertensportarten unterrichten
- Longboard

### Landesverband Nordrhein-Westfalen

#### Frühjahrstagung/Referendars- tagung/Mitgliederversammlung

Datum: 23./24.04.2016

Ort: Duisburg-Wedau

Zur Frühjahrstagung 2016 laden wir alle Kolleginnen und Kollegen ganz herzlich in die Sportschule Duisburg-Wedau ein.

*Referendarstagung:* Work-Life-Balance, juristische Grundlagen für den Sportlehrerberuf, Kompetenzorientierte Unterrichtsgestaltung.

*Ausschreibungstext Referendarstagung:* Der Berufseinstieg stellt angehende Lehrerinnen und Lehrer vor ganz besondere Herausforderungen. Deshalb bieten wir in diesem Jahr im Rahmen der Frühjahrstagung erstmals eine Referendarstagung an, welche genau diese Herausforderungen thematisiert. In dem Workshop Work-Life-Balance (Dozentin: Dr. Anja Steinbacher, Sportpsychologin) werden Methoden eines gesunden Gleichgewichts von Berufs- und Privatleben vermittelt. Dieses stellt eine zentrale Voraussetzung für eine dauerhafte Zufriedenheit mit und Gesundheit im Lehrerberuf dar. Der Workshop „Juristische Grundlagen des Sportlehrerberufs“ (Dozentin: Dr. Susanne Jütz, Rechtsanwältin und Sportpädagogin) hilft angehenden Sportlehrkräften bei der Orientierung im Paragraphendschungel und räumt mit hartnäckigen Vorurteilen auf. Abschließend vermittelt der Workshop „Kompetenzorientierung im Sportunterricht“ (Dozentin: Dr. Anne-Christin Roth, Lehrerin und Sportpädagogin) Grundlagen einer kompetenzorientierten Unterrichtsplanung. Die Workshops sind für Referendare aller Schulformen geeignet.

**Samstag 23. April 2016**

12:30 Uhr: Anmeldung an der Rezeption

13:30–15:00 Uhr: Referendarstagung: Work-Life-Balance

15:15–16:45 Uhr: Referendarstagung: Work-Life-Balance

14:00–16:00 Uhr: Seniorensport: Wirbelsäulengymnastik als Schongymnastik zur Entlastung des Rückens

17:00 Uhr: Mitgliederversammlung

1. Bericht des Vorstandes
2. Bericht des Vizepräsident Finanzen
3. Bericht der Kassenprüfer und Entlastung des Vorstandes
4. Wahlen (Vizepräsident Finanzen, 2 Vizepräsidenten und 1 Kassenprüfer)
5. Haushaltsplan 2017
6. Festsetzung der Mitgliedsbeiträge
7. Beschlussfassung über Anträge
8. Verschiedenes – Termine

Im Anschluss findet die Ehrung für langjährige Mitglieder statt!

18:45 Uhr: Abendessen

19:30–20:30 Uhr: Gemeinsames Sporttreiben in der Mehrzweckhalle

ab 21:00 Uhr: Tagesausklang im benachbarten „Sportlertreff“ neben der Sportschule.

**Sonntag 24. April 2016**

8:00 Uhr: Frühstück

09:00–10:30 Uhr: Referendarstagung: Juristische Grundlagen

10:45–12:00 Uhr: Referendarstagung: Kompetenzorientierung

09:00–12:00 Uhr: Seniorensport: Spielerischer Einsatz von Kleingeräten.

12.30 Uhr: Mittagsessen und Abreise

*Wichtige Informationen:*

- Da die Sportschule eine nur sehr begrenzte Anzahl von Einzelzimmern zur Verfügung stellen kann, bitten wir Sie, sich auf eine Übernachtung im Doppelzimmer einzustellen.
- Tagungsgebühr mit Übernachtung und Verpflegung: 39,00 € (Mitglieder), 65,00 € (Nichtmitglieder), 49,00 € (Sportreferendare und Sportreferendarinnen). Ohne Übernachtung verringert sich der Preis um jeweils acht Euro.

**Anmeldungen bis zum 01.04.2016 an:**

Geschäftsstelle DSLV-NRW  
 Johansenaue 3, 47809 Krefeld  
 Tel. (0 21 51) 54 40 05, Fax 51 22 22  
 dslv-nrw@gmx.de  
 Wir bitten um Überweisung der Lehrgangsgebühr auf das DSLV-NRW-Konto Nr.: 110 72 bei der Sparkasse Krefeld  
 BLZ: 320 500 00  
 IBAN: DE45 3205 0000 0000 0110 72  
 BIC: SPKEDE33  
 (Hinweis auf Übernachtung und Mitgliedsnummer nicht vergessen)

Dr. Anne Roth

---

**Crossfit –  
 Moderne Fitnessrends gleich mit  
 in den Unterricht nehmen**


---

*Datum:* 16./17.04.2016  
*Maximale Teilnehmerzahl:* 20  
*Ort:* Sportschule Duisburg-Wedau

*Themenschwerpunkt:* Als Sportlehrerin und Sportlehrer stehen Sie täglich vor der Herausforderung den vielfältigsten Bedürfnissen der Schülerinnen und Schüler und gleichzeitig den Kompetenzerwartungen des Kernlehrplans gerecht zu werden. ALLE Schülerinnen und Schüler sollen mit ihren je individuellen Fähigkeiten und Fertigkeiten sowohl gefördert als auch gefordert werden UND Spaß dabei haben! Gerade in Bezug auf die Bedürfnisse der Schülerinnen und Schüler führt heute kein Weg an der Thematisierung von „Fitness und Gesundheit“ im Sportunterricht vorbei. Soweit sind sich viele einig. Aber wie kann dieser inhaltliche Kern innerhalb eines Unterrichtsvorhabens so vermittelt werden, dass ALLE Schülerinnen und Schüler Spaß dabei haben und gleichzeitig mit ihren je individuellen (konditionellen) Fähigkeiten sowohl gefördert als auch gefordert werden?

Diese Fortbildung stellt ein „spielerisches“ Vermittlungskonzept in Anlehnung an die HIIT-Trainingsmethode zur Erweiterung der leistungsbezogenen Handlungskompetenz im funktionalen Muskeltraining vor. Dies beinhaltet sowohl die kritische Reflexion der HIIT-Trainingsmethode im Schulsport in Form der reflektierten Praxis als auch Handreichungen und erprobte Unterrichtsmaterialien für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zum sofortigen Einsatz im Unterricht.

*Schulform/Zielgruppe:* Sport unterrichtende Lehrkräfte in der Sek I und Sek II. *Teilnahmevoraussetzungen:* Keine! Bitte Sportkleidung und Schreibmaterial mitbringen. *Referentin:* Regina Stockinger. *Beginn:* 14.00 Uhr (Sa.). *Ende:* 12.00 Uhr (So.). *Lehrgangsgebühr für Mitglieder:* 39,00 €. *Lehrgangsgebühr für Nichtmitglieder:* 65,00 €. *Lehrgangsgebühr für Nichtmitgl. Ref./LAA:* 49,00 €. Bitte nutzen Sie für Ihre Anmeldung den Anmeldebogen auf unserer Homepage!

**Anmeldungen bis zum 01.04.2016 an:**

Geschäftsstelle DSLV-NRW  
 Johansenaue 3, 47809 Krefeld  
 Tel. (0 21 51) 54 40 05, Fax 51 22 22  
 dslv-nrw@gmx.de  
 Wir bitten um Überweisung der Lehrgangsgebühr auf das DSLV-NRW-Konto Nr.: 110 72 bei der Sparkasse Krefeld  
 BLZ: 320 500 00  
 IBAN: DE45 3205 0000 0000 0110 72  
 BIC: SPKEDE33

---

**Qualifizierung zur Lehrtrainerin/  
 zum Lehrtrainer Klettern  
 an künstlichen Kletteranlagen  
 und in naturnahen Klettergärten  
 (Kompaktausbildung)**


---

*Datum:* 16./17.04.2016 oder  
 11./12.06.2016 oder 17./18.09.2016  
 jeweils Sa/So 9.00–18.00 Uhr  
*Maximale Teilnehmerzahl:* 8  
*Ort:* Bochum

*Themenschwerpunkt:* Die Ausbildung zum Lehrtrainer „Klettern an künstlichen Kletteranlagen“ mit insgesamt 20 LE befähigt zum fachkundigen Anleiten von Gruppen an künstlichen Kletteranlagen und in naturnahen Klettergärten. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhalten den Sachkundenachweis für Lehrkräfte an allgemeinbildenden Schulen gemäß Ministerium für Schule, Jugend und Kinder des Landes NRW, Sicherheitsförderung im Schulsport, Gesetzliche Grundlagen, Heft 1033, 1. Auflage 2014. Inhaltlich werden die grundlegenden Sicherungs- und Bewegungstechniken, Kletterspezifische Erste Hilfe, sowie Methodik und Didaktik im Klettersport vermittelt. *Gebühr:* 148,00 €. *Schulform/Zielgruppe:* Sport unterrichtende Lehrkräfte aller Schulformen, ÜL/JL, Sozialpädagogen.

*Teilnahmevoraussetzungen:* Interesse an der Leitung/Betreuung von Gruppen im Bereich Klettern.

**Anmeldungen bis spätestens 1 Monat vor dem jeweiligen Veranstaltungstermin an:**

Geschäftsstelle DSLV-NRW  
 Johansenaue 3, 47809 Krefeld  
 Tel. (0 21 51) 54 40 05, Fax 51 22 22  
 dslv-nrw@gmx.de  
**Bitte beachten Sie die beigefügten Zahlungsbedingungen in der Ausschreibung auf unserer Homepage.**  
 Wir bitten um Überweisung der Lehrgangsgebühr auf das DSLV-NRW-Konto Nr.: 110 72 bei der Sparkasse Krefeld  
 BLZ: 320 500 00  
 IBAN: DE45 3205 0000 0000 0110 72  
 BIC: SPKEDE33

---

**Qualifizierung zum  
 „Lehrtrainer Trekking & Bergsport“  
 Teil I + Teil II**


---

**Teil I: LehrTrainer Trekking + Bergsport Basisstufe**

*Datum:* 22.–24.04.2016, Fr 18.00–22.00 Uhr; jeweils Sa./So. 9.00–17.00 Uhr  
*Ort:* Bochum  
*Gebühr:* 85,00 €  
**oder**

*Datum:* 23.–25.09.2016, Fr 18.00–22.00 Uhr; jeweils Sa/So 9.00–17.00 Uhr  
*Ort:* Bochum  
*Gebühr:* 85,00 €  
*Teilnahmevoraussetzungen:* Interesse an der Leitung/Betreuung von Gruppen im Bereich Trekking + Bergsport.  
*Maximale Teilnehmerzahl:* 8

**Teil II: LehrTrainer Trekking + Bergsport Ausbildungs- und Prüfungswoche**

*Datum:* 15.05.–21.05.2016 (außerhalb der Ferienzeit)  
*Maximale Teilnehmerzahl:* 8  
*Ort:* Österreich, Hohe Tauern  
*Gebühr:* 399,00 €  
**oder**  
*Datum:* 09.–15.10.2016 (innerhalb der Ferienzeit)  
*Ort:* Österreich, Hohe Tauern  
*Gebühr:* 399,00 €  
*Teilnahmevoraussetzungen:* Erfolgreiche Teilnahme am „LehrTrainer Trekking + Bergsport Teil I – Basisstufe“; Berg- bzw. Trekkingschuhe; Tourenrucksack  
*Maximale Teilnehmerzahl:* 8

**Themenschwerpunkt:** Die Qualifizierung zum „Trekking- und Bergsport Lehrtrainer richtet sich an Interessierte (Lehrkräfte von weiterführenden Schulen, ÜL/JL, Sozialpädagogen u. a.), die Gruppen und Schulklassen beim Trekking, Bergwandern und Bergsport betreuen und leiten (gem. Ministerium für Schule, Jugend und Kinder des Landes NRW, Sicherheitsförderung im Schulsport). Neben der Vermittlung eines umfassenden Grundlagenwissens aus den Segmenten Risikomanagement, Bergrettung, Versicherungs- und Haftpflichtfragen, Reiseleitung u. a. m. wird vor allem das Führungsverhalten in den Bereichen Trekking, Klettersteige, Hochtouren und im kombinierten Gelände geschult.

Die Ausbildung umfasst insgesamt 80 LE, bestehend aus Basismodul (20 LE) und Ausbildungs- und Prüfungswoche (60 LE). Um die Qualifizierung zu erhalten, müssen beide Teile besucht sein.

Aus den nachfolgend angegebenen Terminen können jedoch je nach individuellem Bedarf ein passender Termin für das Basismodul und ein passender Termin für die Ausbildungs- und Prüfungswoche ausgewählt werden.

Zu beachten ist insbesondere für aktive Lehrkräfte, dass die Ausbildungs- und Prüfungswoche vom 15.05. bis zum 21.05.2016 außerhalb der Ferienzeit liegt, während die dazu alternativ angebotene Woche vom 09.10. bis zum 15.10.2016 innerhalb der Ferienzeit liegt.

**Schulform/Zielgruppe:** Sport unterrichtende Lehrkräfte aller Schulformen, ÜL/JL, Sozialpädagogen u. a. sowie generell am Trekking bzw. Bergsport interessierte Personen.

**Anmeldungen bis spätestens 1 Monat vor dem jeweiligen Veranstaltungstermin an:**

Geschäftsstelle DSLV-NRW  
Johansenaue 3, 47809 Krefeld  
Tel. (0 21 51) 54 40 05, Fax 51 22 22  
dslv-nrw@gmx.de

**Bitte beachten Sie die beigefügten Zahlungsbedingungen in der Ausschreibung auf unserer Homepage.**

Wir bitten um Überweisung der Lehrgangsgebühr auf das DSLV-NRW-Konto Nr.: 110 72 bei der Sparkasse Krefeld  
BLZ: 320 500 00  
IBAN: DE45 3205 0000 0000 0110 72  
BIC: SPKEDE33

### **Golf – Schnupperkurs für Sportlehrerinnen und Sportlehrer**

**Datum:** Samstag, den 21. Mai 2016,  
12.00 Uhr–14.00 Uhr

**Maximale Teilnehmerzahl:** 6–10

**Ort:** Golfschule Haus Leythe  
Middelicher Str. 72, 45891 Gelsenkirchen  
**Gebühr:** pro Person 25,00 €

Die Golfschule Haus Leythe bietet auch in diesem Jahr die Möglichkeit, für die Mitglieder des DSLV NRW, im Rahmen eines Golfschnupperkurses erste Erfahrungen mit dem Golfsport zu machen und so einen Einstieg in die Welt des Golfsports zu bekommen.

Mitten im schönen Ruhrgebiet, in Gelsenkirchen liegt der Golfclub und die Golfschule Haus Leythe. Die Golfschule Haus Leythe ist ein optimales Trainingszentrum für jeden Golfspieler und Neuanfänger in der Umgebung.

Sie ist von der Abfahrt Gelsenkirchen-Buer von der A2 in ca. 5 Minuten erreichbar.

Die Golfschule Haus Leythe bietet regelmäßige Kurse für Neuanfänger und Fortgeschrittene an. Individuelle Trainerstunden für Golferinnen und Golfer bieten vielfältige Gelegenheiten zur Verbesserung des Spiels.

**Leistungen:**

- 2-stündiger Schnupperkurs
- Bälle und Leihschläger inklusive

**Inhalt des Kurses:**

- Einweisung im langen Spiel (Abschläge)
- Einweisung im kurzen Spiel (Putting)
- Einführung in das kleine ABC des Golfsports
- Informationen über die Platzreife

**Anmeldungen bis zum 10.05.2016 an:**

Geschäftsstelle DSLV-NRW  
Johansenaue 3, 47809 Krefeld  
Tel. (0 21 51) 54 40 05, Fax 51 22 22  
dslv-nrw@gmx.de  
Wir bitten um Überweisung der Lehrgangsgebühr auf das DSLV-NRW-Konto Nr.: 110 72 bei der Sparkasse Krefeld  
BLZ: 320 500 00  
IBAN: DE45 3205 0000 0000 0110 72  
BIC: SPKEDE33

**Ansprechpartner:** Horst Büttner und Andreas Kampkötter. Bei Fragen erreichen Sie uns unter (02 09) 945 88 12 oder (01 60) 4 90 83 17.

### **„Netter Hüftschwung!“ – Zumba als modernes Fitnessprogramm sinnvoll in den Unterricht integrieren**

**Datum:** 11.06.–12.06.2016

**Beginn:** 14.00 Uhr (Sa.)

**Ende:** 12.00 Uhr (So.)

**Maximale Teilnehmerzahl:** 20

**Ort:** Sportschule Duisburg-Wedau

**Themenschwerpunkt:** Sportliche Trends bleiben selten länger in aller Munde. Zumba hat es geschafft. Hallen voller begeisterter Fanatiker mit den unterschiedlichsten Motivationen füllen sich Tag für Tag in den Fitness-Studios der ganzen Welt.

Lateinamerikanische Rhythmen und Tanzschritte sind sinnvoll im Prinzip der klassischen Aerobic aufeinander abgestimmt.

Doch welche Möglichkeiten gibt es, diese koordinativ anspruchsvollen Schritte rhythmisch adäquat zu vermitteln?

Muss ich als Lehrkraft wirklich alle Schritte selbst beherrschen? Wie lässt sich das Verfahren „Einer macht vor, alle machen nach“ zu Gunsten der Schülerzentrierung transformieren?

Diesen und anderen Fragen, soll in der kommenden Fortbildung nachgegangen werden.

**Schulform/Zielgruppe:** Sport unterrichtende Lehrkräfte aller Schulformen

**Teilnahmevoraussetzungen:** keine

**Referentin:** Mareike Seilz

**Lehrgangsgebühr für Mitglieder:** 39,00 €.

**Lehrgangsgebühr für Nichtmitglieder:** 65,00 €. **Lehrgangsgebühr für Nichtmitgl. Ref./LAA:** 49,00 €.

**Bitte nutzen Sie für Ihre Anmeldung den Anmeldebogen auf unserer Homepage!**

**Anmeldungen bis zum 30.05.2016 an:**

Geschäftsstelle DSLV-NRW  
Johansenaue 3, 47809 Krefeld  
Tel. (0 21 51) 54 40 05, Fax 51 22 22  
dslv-nrw@gmx.de

Wir bitten um Überweisung der Lehrgangsgebühr auf das DSLV-NRW-Konto Nr.: 110 72 bei der Sparkasse Krefeld

BLZ: 320 500 00  
IBAN: DE45 3205 0000 0000 0110 72  
BIC: SPKEDE33

### Kanu-Wildwassersport (Aufbau und Fortgeschrittene)

*Datum:* 14.07.–22.07.2016  
*Beginn:* 10.00 Uhr (Do.)  
*Ende:* 18.00 Uhr (Fr.)  
*Maximale Teilnehmerzahl:* 4–10  
*Ort:* Bovec, Socca/Slovenien

*Themenschwerpunkt:* Verfeinerung der Wildwassertechniken: Ein- und Ausschlingen, Traversieren, Kehrwasser-, Walzen- und Wellenfahren, Traversieren, Sichern, Retten und Bergen, Beurteilen von Wildflüssen, Gefahren beim Kanusport, Erarbeiten der hohen Stütze (Paddelhang); methodische und organisatorische Informationen zu den landesweiten Initiativen „Sicherheit und Gesundheit“; Umweltschutz und Kanusport. Gepaddelt werden einfache und sportliche Flussabschnitte auf der Socha und Koritnica. Sie weisen Wildwasserschwierigkeitsgrade zwischen I und III auf. Der Lehrgang ist als Aufbaulehrgang und für Fortgeschrittene konzipiert.

*Schulform/Zielgruppe:* Lehrer aller Schulformen, Gäste (Nichtlehrer) sind willkommen. *Teilnahmevoraussetzungen:* Beherrschen aller genannten Techniken in Grobform. *Lehrgangsziel u. a.:* Erfüllung der Erlasslage (Bass Nr. 18–24, S. 786).

*Referent:* Helmut Heemann

*Unterkunft:* Camping 10,00 €/Tag, feste Unterkunft ca. 25,00 €, beides zuzüglich Versicherungsschutz: Liegt grundsätzlich in der Eigenverantwortung. Verpflegung, Anreise und Anfahrten zu den einzelnen Flüssen geschehen in Eigenregie. Eine komplette Kajakausrüstung kann für 100,00 € ausgeliehen werden.

*Lehrgangsgebühr für Mitglieder:* 265,00 € (inklusive Befahrungsgebühr). *Lehrgangsgebühr für Nichtmitglieder:* 295,00 €.

**Anmeldungen bis zum 31.05.2016 an:**  
 Helmut Heemann,  
 Bahnhofstr. 41, 58452 Witten,  
 Tel. (02302) 27 53 16, Fax: (02302) 393896;  
 helmut@kanusport-heemann.de  
 siehe auch: www.kanusport-heemann.de

Wir bitten um Überweisung der Lehrgangsgebühr auf das Konto von:  
 Helmut Heemann (DSLVB)  
 Sparkasse Bochum  
 IBAN: DE11 4305 0001 0008 4012 59  
 BIC: WELADED1B0C

### Kajakfahren in den Sommerferien – Einführung in leichtem Wildwasser in Oberstdorf (Allgäu)

*Datum:* 08.08.–12.08.2016 ganztägig  
*Maximale Teilnehmerzahl:* 5  
*Ort:* Oberstdorf/Allgäu

*Thema:* Kajakfahren – Einführung und Vertiefung der Grundfertigkeiten in leichtem Wildwasser.

*Ziele/Inhalte:* Für alle, die bislang das Kajakfahren auf vorwiegend ruhig fließenden oder stehenden Gewässern erprobt haben, besteht in diesem Kurs die Gelegenheit unter fachlich kompetenter Anleitung das Paddeln in leichtem Wildwasser zu erlernen und zu erfahren. Die vorhandenen Kenntnisse werden wiederholt, erweitert und gefestigt: Kanten, flache und steile Paddeltechnik, Ziehschläge, Traversieren, Kehrwasserfahren.

Auf den Bootstouren auf Alpsee, Iller, Breittach, Ostrach stehen neben dem Naturerleben die Anwendung der Techniken, das Erkennen der optimalen Fahrlinie sowie das Befahren von Schwällen und Stufen – alles unter dem Aspekt der größtmöglichen Sicherheit – im Vordergrund.

*Zielgruppe:* Lehrerinnen und Lehrer aller Schulformen und Gäste (Nicht-Lehrer, Angehörige, Freunde), die Erfahrung im Kajakfahren nachweisen können (z. B. Grundkurs Kanuwandern in Beverungen oder ähnliches)

*Referenten:* Christoph Körner (Detmold), Rainer Krumnow (Bielefeld), Lehrteam der Wildwasserschule Oberstdorf.

*Teilnahmevoraussetzungen:* Schwimmfähigkeit, Erfahrungen im Kajakwandern (Kajakfahren). *Beginn:* 08.08.2016, Montag, 9.00 Uhr (Treffen und Briefing am Vorabend, Sonntag 18.00 Uhr). *Ende:* 12.08.2016, Freitag, 17.00 Uhr.

*Ermäßigte Lehrgangsgebühr:* 250,00 €, (DSLVB-Nichtmitglieder zzgl. 30,00 €), evtl. zzgl. komplette Wildwasser-Kajakausrüstung 75,00 €. Übernachtung (in Pension, Jugendherberge, Campingplatz) und Verpflegung müssen vor Ort selbst bezahlt werden.

**Anmeldung bis zum: 01.06.2016**

*Anmeldung, Auskunft und Informationen mit ausführlicherem Programm bei:*  
 Christoph Körner  
 Tulpenweg 3, 32758 Detmold  
 Tel. (05232) 89726  
 koernerchristoph@web.de

Da der Lehrgang im vergangenen Jahr schnell ausgebucht war, ist eine frühzeitige Anmeldung empfehlenswert.

*Hinweis:* Zwei Grundkurse „Kanuwandern“ für Einsteiger finden zu Beginn und am Ende der Sommerferien NRW in Beverungen an der Weser statt (09.07.2016 und 16.08.2016).

### „Mit Hand und Köpfchen“ – Handball spielerisch intelligent vermitteln

*Datum:* 10./11.09.2016  
*Maximale Teilnehmerzahl:* 20  
*Ort:* Sportschule Duisburg-Wedau

*Themenschwerpunkt:* Ziel der Veranstaltung ist die einfache Vermittlungsweise des Handballspiels. Es werden zunächst beim ersten Zielspiel 4 + 1, welches auch in einer kleinen Halle ohne Handballtore durchgeführt werden kann, Grundlagen erarbeitet, die zum eigentlichen Handballspiel 6 + 1 führen.

*Inhaltliche Schwerpunkte:*

- Kleine Spiele zur Heranführung an das Handballspiel
- Mini-Handball 4 + 1
- Organisations- und Spielformen zum Passen und Fangen
- Torwurfsschulung
- Koordinationsschulung mit Bällen
- Kleine Regelkunde
- Möglichkeiten der Zusammenarbeit von Schulen und Sportvereine

*Schulform/Zielgruppe:* Sport unterrichtende Lehrkräfte aller Schulformen. *Teilnahmevoraussetzungen:* Vorkenntnisse der Teilnehmer sind nicht erforderlich. Eine aktive Mitarbeit aller Teilnehmerinnen und Teilnehmer wird vorausgesetzt. *Referent:* Michael Cisik. *Beginn:* 14.00 Uhr (Sa.). *Ende:* 12.00 Uhr (So.). *Lehrgangsgebühr für Mitglieder:* 39,00 €. *Lehrgangsgebühr für Nichtmitglieder:* 65,00 €. *Lehrgangsgebühr für Nichtmitgl. Ref./LAA:* 49,00 €.

Bitte nutzen Sie für Ihre Anmeldung den Anmeldebogen auf unserer Homepage!

**Anmeldungen bis zum 26.08.2016 an:**  
 Geschäftsstelle DSLVB-NRW  
 Johansenaue 3, 47809 Krefeld  
 Tel. (02151) 544005, Fax 51 22 22  
 dslv-nrw@gmx.de

Wir bitten um Überweisung der Lehrgangsgeldgebühr auf das DSLV-NRW-Konto Nr.: 110 72 bei der Sparkasse Krefeld  
BLZ: 320 500 00  
IBAN: DE45 3205 0000 0000 0110 72  
BIC: SPKEDE33

### Aus- und Fortbildung zum Thema: „Schneesport an Schulen“

*Datum:* 08.10.–15.10.2016  
*Maximale Teilnehmerzahl:* 20  
*Ort:* Tux-Juns (Tuxertal, Österreich)  
*Skigebiet:* Hintertuxer Gletscher  
*Kosten:* ab 622,00 €

Für die Aus- und Fortbildung zum Erwerb der „Fachlichen Voraussetzungen“ zum eigenverantwortlichen Einsatz in schulischen Schneesportveranstaltungen können sich Lehrkräfte und Referendare aller Schulformen und weitere Interessenten anmelden, die als (externe) Lehrkraft oder „geeignete Hilfskraft“ (vgl. Kap. 1.2, Erlass: „Sicherheitsförderung im Schulsport NRW“) eingesetzt werden oder schulische Schneesportveranstaltungen verantwortlich leiten wollen.

*Achtung:* Es sind in dieser Fortbildungsmaßnahme nur noch einige wenige Plätze frei! (Detaillierter Ausschreibungstext und aktuelle Anmeldezahlen siehe: [www.dslv-nrw.de](http://www.dslv-nrw.de) und unter [www.tux.twoday.net](http://www.tux.twoday.net))

**Anfragen/Anmeldungen:**  
Winfried Keul (Lehrgangsführung)  
Lierweg 33, 45356 Essen  
Tel. (02 01) 75 27 35, Fax (0201) 8 76 18 04  
[w.keul@freenet.de](mailto:w.keul@freenet.de)

### Deutscher Fitnesslehrerverband

Die dflv-Fortbildungen finden in der Deutschen Fitness Akademie in Baunatal statt.

Unterrichtszeiten sind von 10:00 Uhr – 18:30 Uhr.

Anmeldung unter Tel. (0 56 01) 80 55  
[info@dflv.de](mailto:info@dflv.de) oder [www.dflv.de](http://www.dflv.de)

### Overuse-Syndrome

*Inhalte:*

- Überlastungssyndrome im Sport kommen einerseits durch Fehler in der Trainingssteuerung, andererseits durch repetitive Wiederholungen und inhaltliche Trainingsfehler häufig vor.
- Beispiele sind das Impingement-Syndrom im Krafttraining, Achillessehnenproblematiken bei Läufern, Ansatz- und Ursprungstendinosen an vielen Bereichen der oberen und unteren Extremitäten.
- Notgedrungene Trainingspausen, Trainingsrückstände, resultierende Verletzungen und Schmerzbeschwerden trüben oft den Spaß der Trainingseinheiten.
- Das Seminar vermittelt praxisnah relevante trainingstherapeutische Inhalte für den Trainingsplan zur Vermeidung, Reduzierung und Lösung der Problemfelder im Bereich der Achillessehne, Patellasehne, komplexer Schulteranatomie, Hüfte mit Traktussyndrom und Bicepssehnenansatz-tendinosen.

*Referent:* Jörg Meyer (akadeMEDICA)

*Termin:* 12.03.2016 in Tostedt

Preis für die Fortbildung beträgt für DSLV-Mitglieder 149,00 € inkl. MwSt.

### Die Wirbelsäule und ihre Krankheitsbilder

*Inhalte:*

- Besprechung und Erarbeitung u. a. der folgenden Krankheitsbilder:
- Osteoporose

- Skoliose
- Blockierungen
- Bandscheibenvorfälle
- Verschleißerscheinungen
- Diagnostische Möglichkeiten (z. B. Röntgen, CT, Kernspin)
- Präventionsmöglichkeiten Behandlungsverfahren
- Praktisches Einüben einfacher klinischer Untersuchungsmethoden

Sie sollten dazu bereit sein, die eigene Wirbelsäule den anderen Kursteilnehmern zu zeigen.

*Referenten:* Roland Siebecke  
(Diplomsportlehrer)

*Termin:* 02.04.2016 in Baunatal

Preis für die Fortbildung beträgt für DSLV-Mitglieder 99,00 € inkl. MwSt.

### Verlängerung Übungsleiterschein B Rehasport über den DBS

*Inhalte:*

Gleichgewichts- und Koordinationstraining mit und ohne Kleingerät zur Sturzprophylaxe:

- Vorstellung theoretischer und praktischer Grundlagen zur Gleichgewichts- und Koordinationsschulung.
- Motivation zur langfristigen Teilnahme am Rehasport und Förderung der ganzheitlichen Nachhaltigkeit.
- Verschiedene Methoden der Sturzprophylaxe für Ältere, unterschiedlicher Organisations- und Sozialformen, z. B. Parcours, Braingym, und vieles mehr ...

*Referent:* Ludger Elling, Sportlehrer und Vizepräsident für Bildung & Lehre im DBS

*Termin:* 08.–09.04.2016

Preis für die Fortbildung beträgt für DSLV-Mitglieder 129,00 €.



2012. DIN A5 quer, 192 Seiten  
ISBN 978-3-7780-6397-2

**Bestell-Nr. 6397** € 18.–  
E-Book auf sportfachbuch.de € 14.90

Bernhard Bruggmann (Red.)

## 766 Spiel- und Übungsformen für den Fußball-Torhüter

Wer die Aufgaben des Torhüters und seine Verantwortung während eines Spieles betrachtet, erkennt sofort, dass er eine Sonderstellung einnimmt. Gerade deshalb ist das Sondertraining mit ihm auch für den Trainer von großem Wert. Dieses Buch soll dem Trainer durch die vielen, meist bebilderten Übungen helfen, den Torhüter konditionell, technisch und taktisch zu schulen.

Bernhard Bruggmann (Red.)

## 1009 Spiel- und Übungsformen im Fußball

Das „Spielerische“ beim Fußballspielen wird oft durch reine Technikübungen verdrängt.

Dieses Buch will durch seine riesige Palette von Spiel- und Übungsformen Lehrern, Trainern und Übungsleitern bei der Aufgabe helfen, das „Spielen“ wieder in den Vordergrund zu stellen.



2010. DIN A5 quer, 256 Seiten  
ISBN 978-3-7780-6298-2

**Bestell-Nr. 6298** € 19.90  
E-Book auf sportfachbuch.de € 15.90



2011. DIN A5 quer, 304 Seiten  
ISBN 978-3-7780-2207-8

**Bestell-Nr. 2207** € 23.–  
E-Book auf sportfachbuch.de € 18.90

Bernhard Bruggmann (Red.)

## 1020 Spiel- und Übungsformen im Kinderfußball

Modernes, kindgerechtes Training mit Kindern und Jugendlichen ist nach der **GAG**-Methode aufgebaut: Umrahmt von Einstimmen und Ausklingen besteht eine Trainingslektion aus Spielen (**G**anzheitlich), Üben (**A**analytisch) und wieder Spielen (**G**anzheitlich).

Mit spielerischem, gezieltem Üben stellen sich schnell Fortschritte ein. Das Buch ist eine wahre Fundgrube für den Unterricht und das Training im Kinder- und Jugendfußball.

Inhaltsverzeichnis und Beispielseiten unter [www.sportfachbuch.de/Bestell-Nr.](http://www.sportfachbuch.de/Bestell-Nr.)

Versandkosten € 2.–; ab einem Bestellwert von € 20.– liefern wir innerhalb von Deutschland versandkostenfrei.

# Deutscher Sportlehrerverband e.V. (DSLVL) – www.dslvl.de

## Präsident:

Michael Fahlenbock, Johansenaue 3, 47809 Krefeld, Tel. (0 21 51) 54 40 05, fahlenbock@dslvl.de

## Bundesgeschäftsstelle:

Geschäftsstelle des DSLVL-Bundesverbands, Johansenaue 3, 47809 Krefeld, Tel. (0 21 51) 51 22 23, info@dslvl.de

## Vizepräsidentin Haushalt/Finanzen:

Kerstin Natter, Schillerstraße 7, 66287 Quierschied, Tel. (0 68 97) 60 01 74, natter@dslvl.de

## Vizepräsident Schulsport:

Helge Streubel, Taubenbreite 5 b, 06484 Quedlinburg, Tel. (0 39 46) 70 30 15, streubel@dslvl.de

## Vizepräsident Fachsport:

Thomas Niewöhner, Kieler Straße 24, 34225 Baunatal, Tel. (05 61) 80 55, niewoehner@dslvl.de

## Vizepräsident Schule – Hochschule:

Martin Holzweg, Jansastraße 5, 12045 Berlin, Tel. (01 70) 5 81 82 83, holzweg@dslvl.de

## Vizepräsident Öffentlichkeitsarbeit:

Dr. Daniel Möllenbeck, Ferdinand-Wallbrecht-Straße 45, 30163 Hannover, Tel. (01 79) 7 94 84 90, moellenbeck@dslvl.de



## LANDESVERBÄNDE

### Baden-Württemberg

Geschäftsstelle: Petra Hehle-Schipke  
Bellinostraße 107, 72764 Reutlingen  
Tel. (07121) 620349, Fax (07121) 621937  
E-Mail: geschaeftsstelle@dslvlbw.de  
www.dslvlbw.de  
Vorsitzende: Martin Buttmi, Peter Reich,  
Oliver Schipke

### Bayern

Geschäftsstelle: DSLVL  
Postfach 10 04 53, 80078 München  
Tel. (089) 41 97 24 19, Fax (089) 41 97 24 20  
E-Mail: info@dslvl-bayern.de  
www.dslvl-bayern.de  
Vorsitzende: Barbara Roth

### Berlin

Geschäftsstelle: Dr. Elke Wittkowski  
Straße 136, Nr. 7, 14089 Berlin  
Tel. (030) 36 80 13 45, Fax (030) 36 80 13 46  
E-Mail: elke.wittkowski@t-online.de  
www.dslvl-berlin.de  
Vorsitzende: Dr. Elke Wittkowski

### Brandenburg

Geschäftsstelle: Holger Steinemann  
Lessingstraße 4, 04910 Elsterwerda  
Tel. (0 35 33) 16 00 35  
E-Mail: holgersteinemann@t-online.de  
www.dslvl-brandenburg.de  
Präsident: Toralf Starke

### Bremen

Geschäftsstelle: DSLVL  
Königsberger Straße 26, 28816 Stuhr  
Tel. (04 21) 56 06 14, Fax (04 21) 56 45 93  
E-Mail: HMonnerjahn@web.de  
Vorsitzender: Hubert Monnerjahn

### Hamburg

Geschäftsstelle: DSLVL  
Tegelweg 115, 22159 Hamburg  
Tel. (040) 63 64 81 16, Fax (040) 63 64 81 17  
E-Mail: DSLVL-HH@web.de  
www.dslvl-hh.de  
Vorsitzender: Oliver Marien

### Hessen

Ab 01. Febr. 2015 (vorläufig):  
Geschäftsstelle: DSLVL – Hans Nickel  
Ziegelweg 1, 37276 Meinhard  
Tel. (0 56 51) 75 43 38  
E-Mail: info@dslvl-hessen.de  
www.dslvl-hessen.de  
Vorsitzender: Herbert Stündl

### Mecklenburg-Vorpommern

Geschäftsstelle: DSLVL  
Gutsweg 13, 17491 Greifswald  
Tel. (0 38 34) 81 13 51, Fax (0 38 34) 88 33 49  
E-Mail: vietzerschmidt@t-online.de  
www.dslvl-mv.de  
Vorsitzender: Dr. Roland Gröbe

### Niedersachsen

Geschäftsstelle: Harald Volmer  
Osterfeldstraße 27, 30900 Wedemark  
Tel. (0 51 30) 6 09 60 61  
Fax (0 51 30) 5 89 74  
E-Mail: info@dslvl-niedersachsen.de  
www.dslvl-niedersachsen.de  
Präsident: Dr. Daniel Möllenbeck

### Nordrhein-Westfalen

Geschäftsstelle: Walburga Malina  
Johansenaue 3, 47809 Krefeld  
Tel. (0 21 51) 54 40 05  
Fax (0 21 51) 51 22 22  
E-Mail: dslvl-NRW@gmx.de  
www.dslvl-nrw.de  
Präsident: Michael Fahlenbock

### Rheinland-Pfalz

Geschäftsstelle: Peter Sikora  
Institut für Sportwissenschaft  
Universität Mainz  
Albert-Schweitzer-Str. 22, 55128 Mainz  
Tel. (01 60) 92 20 10 12  
Fax (0 32 12) 1 14 90 41  
E-Mail: kontakt@dslvl-rp.de  
www.dslvl-rp.de  
Vorsitzender: Rüdiger Baier

### Saar

Geschäftsstelle: Prof. Dr. Georg Wydra  
Universität des Saarlandes  
Postfach 15 11 50, 66041 Saarbrücken  
Tel. (06 81) 302-49 09  
E-Mail: g.wydra@mx.uni-saarland.de  
www.dslvl-saar.de  
Präsident: Prof. Dr. Georg Wydra

### Sachsen

Geschäftsstelle: Detlef Stötzner  
Happweg 8, 04158 Leipzig  
Tel. (03 41) 9 75 01 48  
E-Mail: geschaeftsstelle@dslvl-sachsen.de  
www.dslvl-sachsen.de  
Präsident: Detlef Stötzner

### Sachsen-Anhalt

Geschäftsstelle: Birgit Hoffmann  
Gartenstr. 25, 06179 Langenbogen  
Tel. (03 46 01) 2 55 01  
E-Mail: sportbirgit77@aol.com  
www.dslvl-sachsen-anhalt.de  
Vorsitzender: Jens-Uwe Böhme

### Schleswig-Holstein

Geschäftsstelle: Tim Vogler  
Kiewittholm 26, 24107 Ottendorf  
Tel. (04 31) 28 95 11 47  
Fax (04 31) 31 97 57 71  
E-Mail: info@dslvl-sh.de  
www.dslvl-sh.de  
Vorsitzender: Achim Rix

### Thüringen

Geschäftsstelle: DSLVL  
Charles-Darwin-Str. 5,  
99102 Windischholzhäusen  
Tel. (06 31) 42 22 88 11  
E-Mail: geyer-erfurt@online.de  
www.dslvl-thueringen.de  
Vorsitzende: Cornelia Geyer

## FACHSPORTLEHRERVERBÄNDE

### Akademie der Fechtkunst Deutschlands

Geschäftsstelle: ADFD  
Schulstraße 12, 24867 Dannewerk  
Tel. (0 46 21) 3 12 01, Fax (0 46 21) 3 15 84  
E-Mail: adfd@fechtkunst.org  
www.fechtkunst.org  
Präsident: Mike Bunke

### Deutsche Fitnesslehrer-Vereinigung e. V.

Geschäftsstelle: DFLV  
Stettiner Str. 4, 34225 Baunatal  
Tel. (0 56 01) 80 55, Fax (0 56 01) 80 50  
E-Mail: info@dflv.de  
www.dflv.de  
Präsident: Claus Umbach

### Deutscher Wellenreit Verband e. V.

Frickestraße 55, 20251 Hamburg  
Tel. (01 76) 72 78 12 27  
E-Mail: philipp.kuretzky@wellenreitverband.de  
www.wellenreitverband.de  
Präsident: Philipp Kuretzky

### Verband Deutscher Tauchlehrer e. V.

Geschäftsstelle: VDTL  
Witelsbacherweg 12, 87645 Schwangau  
Tel. 0 171- 99 35 583, Fax (0 75 31) 3 62 20 28  
E-Mail: info@vdtl.de  
www.vdtl.de  
Präsident: Nico Hüttmann

### Verband Deutscher Wellenreitlehrer

Geschäftsstelle: VDWL, c/o Reinhard Kuretzky,  
Jungbluthgasse 5b, 50858 Köln  
Tel. (02 21) 44 61 92, Fax (02 21) 4 84 74 44  
E-Mail: office@vdlw.de  
www.vdlw.de  
Präsident: Reinhard Kuretzky

### GGTF e. V.

German Golf Teachers Federation  
Nördlinger Str. 52, 91550 Dinkelsbühl  
Tel. (0 98 51) 58 20 484, Fax (0 98 51) 58 20 485  
E-Mail: info@ggtf.de  
www.ggtf.de  
Präsident: Robert Koch

### SPORTS

Geschäftsstelle: Wallstraße 36, 45770 Marl  
Tel. (0 23 65) 20 20 72  
E-Mail: sports-ski@gmx.de  
www.sports-ski.de

## Schüler und Schülerinnen entwickeln ein Rugbyspiel Mit Hilfe der Methode der genetischen Spielentwicklung

Dirk Neumann

William Webb Ellis, 1823 Schüler am College zu Rugby in England, hatte ein Problem: Bei einem Fußballspiel mit einer in Leder gewickelten Schweinsblase gab es oft unübersichtliche Situationen und es fielen kaum Tore. Die Legende zur Entstehung des Rugbyspiels besagt nun, dass sich Ellis „in klarer Nichtachtung der Regeln des Fußball, wie er zu dieser Zeit gespielt wurde, als Erster den Ball in seine Arme nahm und mit ihm zum gegnerischen Tor lief“ (Hünerkoch, S. 24).

Bezieht man diese Geschehnisse auf die Prinzipien der *genetischen Spielvermittlung*, so ergeben sich folgende Überlegungen:

- Die Spieler waren mit dem **Phänomen** eines mit dem Fuß schlecht spielbaren Balls konfrontiert
- Dies wurde von Ellis als **Problem** wahrgenommen. Seine **Lösung** hierfür war, den Ball mit den Händen zu transportieren und so zu einem Torerfolg zu gelangen.

Es soll gezeigt werden, wie sich **Rugby** mit Hilfe der Methode der genetischen Spielentwicklung einführen lässt. Die geringen Vorkenntnisse zum Sportspiel Rugby ermöglichen (anders als z. B. beim Fußball) eine weitgehend unvoreingenommene explorierende Spielentwicklung mit und durch die Schüler (1). Es geht nicht darum, eine ergebnisoffen ausgelegte genetische Spielentwicklung zu inszenieren. Es ist nicht das Ziel, das Endspiel Rugby vorzugeben und anhand im Spiel entstehender Probleme zu rekonstruieren. Der Ansatz ist eine methodische Mischung mit dem höchstmöglichen Grad an erfahrungsorientierter Selbsttätigkeit einerseits und der problemorientierten Rekonstruktion vorgegebener wesentlicher Strukturmerkmale andererseits.

Es kann dabei unterschiedliche (Spiel-)Entwicklungen geben. Aufgabe der Lehrkraft ist es im Sinne des sokratischen Lenkens und Begleitens, das Endspiel im Blick zu behalten, gleichzeitig die für eine genetische Spielentwicklung typischen Umwege zuzulassen. Die Schüler haben die Möglichkeit, **eigene Rugbyregeln** zu entwickeln, die dem Zielspiel in der Spielidee zwar entsprechen, aber mit alternativen Strukturmerkmalen neue Akzente setzen.

### Genetische Spielvermittlung

... orientiert sich an der Selbstständigkeit der Schüler. Ausgehend von einer Spielsituation, die als unbefriedigend wahrgenommen wird, werden selbsttätig und in sozialer Interaktion problemlösende Veränderungen des Ausgangsspiel erarbeitet und erprobt (genetisches Lehren).

Die Lehrkraft hat hierbei eine begleitende, indirekt lenkende und an Gelenkstellen durch gezielte Fragen wesentliche Impulse gebende Funktion (sokratisches Lehren). Wichtig ist, dass anhand beispielhafter Probleme und deren Lösungsstrategien grundlegende Erkenntnisse gewonnen werden können (exemplarisches Lehren):

Eine Spielhandlung (Phänomen) wird von den Schülern als Problem wahrgenommen. Eine gemeinsam erarbeitete Lösung wird erprobt und geübt, aus der ein weiteres Phänomen entstehen kann, das als neues Problem zu einem weiteren Lösungsversuch führt usw.

### AUS DEM INHALT

<b>Dirk Neumann</b> Schüler und Schülerinnen entwickeln ein Rugbyspiel	1
<b>Jörg Eisenacher</b> Leitfaden für eine gelungene Sportstunde	8
<b>Robert Horsch</b> Empowerment im Sportunterricht	11
<b>Heinz Lang</b> Verletzte oder vom Sport befreite Schüler können wertvolle Helfer sein	15



Abb. 1: Rugby-Fuß-Ball

## Vom Rugby-Fuß-Ball zum Rugby-Hand-(Partei)Ball zum Rugby-Hand-Lauf-Ball zum Endzonen-Rugby

### Rugby-Fuß-Ball

Der Einstieg in die Unterrichtseinheit Rugby erfolgt über die Inszenierung eines Fußballspiels mit einem Rugby-Ball. Fußballregeln sind allgemein bekannt und Sportklassen sind zumeist sofort motiviert loszulegen (Abb. 1). Schnell sind sie mit folgendem **Phänomen** konfrontiert:

- Die Form des Rugby-Balls führt zu Unberechenbarkeit in Bezug auf seine Flugeigenschaften und das Sprungverhalten bei Bodenkontakt. In Folge gestalten sich fußballtypische Handlungssituationen als **problematisch**: Dribbeln, Passen, Annahme, Kopf-

Abb. 2: Den-Ballträger-(fest-)halten



ball und nicht zuletzt der Torschuss sind schwierig umzusetzen.

Die Schüler befinden sich nun in der Situation des W. Webb Ellis: Was gibt es für Möglichkeiten, diese unbefriedigende Spielsituation zu lösen? Sie könnten einen anderen Ball einfordern, aber im Rahmen einer Unterrichtseinheit Rugby würde dies im Zweifelsfalle von der Lehrkraft ausgeschlossen werden.

### Rugby-Hand-(Partei)Ball

Die erste und naheliegende Idee ist, den Ball in die Hand zu nehmen. Jetzt einfach loslaufen? Oder doch lieber ein Rückgriff auf bekannte Spielformen wie Parteball und/oder Handball?

- Die Lerngruppe entscheidet sich im ersten Schritt für **Rugby-Hand-Ball mit Parteballregeln**. Die Spieler versuchen durch schnelles Zupassen in ihrer Mannschaft zum Tor(-wurf)-Erfolg zu gelangen. Die Unmöglichkeit, den Rugby-Ball zu prellen, führt zu einem Laufverbot bei Ballbesitz. Es entwickelt sich schnell ein attraktives und dynamisches Spiel mit einem Rugby-Ball.

Aber die für Sportspiele typische Individualhandlung des Laufens/Dribbelns mit dem Ball kommt bei dieser Spielform nicht vor. Was passiert nun, wenn man das Laufen mit Ball zulässt?

- Nach einer kurzen Spielphase entsteht folgerichtig ein weiteres Problem: Wie kann der Ballträger überhaupt vom Ball getrennt bzw. wie kann der Ball von den Verteidigern erobert werden?

Eine mögliche Lösung ist, den Ballträger mit einer Hand oder zwei Händen abzuschlagen. Dieser muss den Ball dann abgeben. Bei dieser Regel ist es wichtig, die Körperteile festzulegen, die beim Abschlagen berührt werden dürfen. Ein neues Problem wird schnell deutlich: Das Abschlagen wird teilweise von den Ballträgern nicht wahrgenommen. Insbesondere dann, wenn die Spielsituation unübersichtlich und/oder die Emotionalität hoch ist. Deshalb wird eine weitere Regelerweiterung erarbeitet: Der Ballträger muss mit beiden Händen umklammert werden (Abb. 2), erst dann muss er den Ball abgeben.

Die Abgabe erfolgt über einen Pass, der nicht immer die Mitspieler findet und somit eine Balleroberung durch die Verteidiger ermöglicht. Diese Art, den ballführenden Spieler zu stoppen, ist eindeutiger und wird von allen Schülern auch so wahrgenommen. Die Schüler verabreden eine rücksichtsvolle Anwendung dieses Abwehrverhaltens. So darf der Ballträger nicht unkontrolliert auf die Verteidiger zustürmen, diese dürfen den Angreifer aber auch nicht umreißen.

## Rugby-Hand-Lauf-Ball

Aus der Entwicklung des *Rugby-Hand-Partei-Balls* zum **Rugby-Hand-Lauf-Ball** ergeben sich bestimmte spieltypische Verhaltensweisen, bzw. Strukturen:

- Die angreifende Mannschaft versucht sich so zuzupassen, dass erfolgreiche **Läufe mit Ball** in freie Räume möglich werden und
- die verteidigende Mannschaft positioniert sich zunehmend in Form einer Mauer, um die ganze Spielfeldbreite abzudecken und **Angriffe** zu verhindern.
- Durch Anpassung der Spielfeldbreite an die Spielerzahl kann auf das Spielgeschehen Einfluss genommen werden (enges Spielfeld: Vorteil für die Verteidiger; breiteres Spielfeld: Raum für Einzelaktionen der Angreifer).
- Erfolgreiche „Dribblings“ enden nun vor dem Tor. Es wird schnell deutlich, dass das Tor als Zielzone zu klein ist, da es den Handlungsspielraum der Angreifer stark einengt und leicht zu verteidigen ist.
- Als Folge wird die Endzone mit unterschiedlichen Ausmaßen in der Breite eingeführt. Die Ausmaße werden ähnlich der Frage der Spielfeldbreite mit den Schülern ausgehandelt. Hieraus ergibt sich der Pass in die oder das Ablegen in der Endzone als Punkterfolg.

## Endzonen-Rugby

Mittlerweile hat die Lerngruppe ein **Endzonen-Rugbyspiel** entwickelt, bei dem es erlaubt ist, mit dem Rugbyball zu laufen und dieser in eine Endzone abgelegt oder in diese gepasst werden kann. Auch gibt es in dieser Spielform Regeln zum Stoppen des Ballträgers. Zumeist geschieht dies durch Abschlagen mit einer oder zwei Händen oder aber durch das eindeutigere beidarmige Umklammern. In jeder dieser Situationen muss der Ballträger stoppen und den Rugby-Ball passen. Das Passen muss schnell erfolgen, damit der Vorteil für die Verteidiger erhalten bleibt und der Spielfluss nicht gestört wird.

## Weitere elementare Rugbyregeln werden entwickelt

### Die Passregel

Wenn Pässe in alle Richtungen erlaubt sind, geschieht Folgendes: Sehr schnell passen sich die wurfstarken Schüler so nach vorne zu, dass die verteidigende Mannschaft „überpasst“ wird und ein gleichberechtigtes Spiel zwischen Angriff und Verteidigung nicht mehr stattfinden kann.

Was kann verändert werden, um dieses Problem zu lösen?

- So kann z. B. die Passanzahl vor dem Ablegen in der Endzone festgelegt werden oder
- Es wird ein Abwurfbereich für den letzten Pass bestimmt.

Diese Ideen funktionieren in der Spielsituation recht ordentlich, vorgegebene Passzahlen werden aber schnell als künstlich empfunden und der festgelegte Abwurfbereich für den letzten Pass verhindert nicht die oben genannte Passaktion zwischen den Leistungsstarken eines Kurses.

**Die Rückpassregel ist im Rugby die für dieses Problem beste Strukturveränderung, weil so das oben genannte taktische Verhalten nicht mehr stattfinden kann und neue rugbytypische taktische Notwendigkeiten und Möglichkeiten entstehen (s. u.). Oft kennen einzelne Schüler diese Regel und nennen sie spätestens jetzt.**

Wie muss ich mich nun spieltaktisch verhalten, um unter dieser neuen Regel erfolgreiche Spielhandlungen ausführen zu können?

- Die verteidigende Mannschaft verbessert zunehmend ihre Raumaufteilung und der angreifenden Mannschaft gelingt es immer weniger zur Endzone durchzubrechen.
- Durch das Rückpassgebot werden die Angreifer bei schlechtem Stellungsspiel unter entsprechendem Aufrücken der gegnerischen Mannschaft eher zu ihrer Endzonenlinie zurückgedrängt als dass sie vorwärtskommen.
- Die angreifenden Spieler müssen lernen, sich hinter dem Ballträger zu positionieren, was nicht leicht fällt. Im Rahmen der Strukturveränderungen zum Passen bieten sich nun auch Übungsphasen zur Verbesserung des Passens zu zweit, in der Gruppe und gegen Verteidiger an.

Das Rückwärtspassen kann nun im Spiel nur noch dazu genutzt werden, Mitspielern in entstandenen freien Räumen ein Vorwärtslaufen Richtung Endzone zu ermöglichen. Ein Punkterfolg ist ausschließlich durch das In-die-Zone-Laufen und dortige Ablegen des Balles möglich.

### In-den-Gegner-Hineinlaufen

Durch das Streben nach Raumgewinn entwickeln sich unter der Rückpassregel individuelle Spielhandlungen, wie das schnelle Vorwärtslaufen mit dem Ball und das In-den-Gegner-Hineinlaufen. In einer Übungssequenz können mit Hilfe von sog. Tacklekissen sehr motivierend der Körperkontakt des In-den-Gegner-Hineinlaufens und entsprechende Passoptionen geübt werden



**Dirk Neumann**

Wissenschaftlicher  
Mitarbeiter am Seminar für  
Sportwissenschaft und  
Bewegungspädagogik der  
TU Braunschweig

Arbeitsschwerpunkte:  
Fachdidaktik des Sport-  
unterrichts Praxisphase  
Masterstudiengang,  
Sportspielvermittlung

Seminar für  
Sportwissenschaft und  
Bewegungspädagogik  
TU Braunschweig

d.neumann@tu-bs.de



Abb. 3 (li.): In-den-Gegner-Hineinlaufen

Abb. 4 (re.): ... dem Ballträger von vorne begegnen



(Abb. 3). In dieser Phase hat sich das Umklammern als Mittel der Wahl gegen den Ballträger durchgesetzt. Zumeist müssen sich die Schüler erst eine Weile an das richtige Umklammern gewöhnen, außerdem müssen sie lernen, dem Ballträger möglichst von vorne zu begegnen (s. Abb. 4).

Es fällt schwer, bei Ballbesitz sofort in das Vorwärtslaufen umzuschalten. Die Sinnhaftigkeit dieses taktischen Verhaltens muss erarbeitet werden. Haben sich die Angreifer an die Taktik des *Vorlaufens* = *In-den-Kontakt-gehen* = *Passen* gewöhnt, so gelingt es nun besser, den Ball nach vorne in Richtung Endzone zu transportieren. Das anfängliche Ungleichgewicht zugunsten der gut stehenden Verteidiger hat sich verringert.

### Die Abseitsregel

Im Spiel versuchen Schüler mit Vorerfahrungen aus anderen Sportspielen als Verteidiger die gegnerischen Anspielstationen zuzustellen, d. h. sie bewegen sich entsprechend der Passregel *hinten* den Ballträger, um Spieler zu decken. Dies führt bei taktisch gutem Zustellen zu einem Vorteil für die Verteidiger, was so auch wahrgenommen wird.

Auch die Angreifer wenden alternative Handlungen an, sie versuchen z. B. dem Ballträger Räume zu bereiten, indem sie antizipierte Laufwege der Verteidiger zustellen. Sie bewegen sich somit in das Abseits vor den Ballträger.

Mit der Lerngruppe kann nun erarbeitet werden, welche Mannschaft in der jeweiligen Situation einen Vorteil hat. Daraus entstehen Vorschläge, die das oben beschriebene taktische Verhalten durch entsprechende Regeln verbieten:

- „Man darf Angreifer nicht decken!“ oder
- „Man darf nicht Sperren ohne Ball!“

Diese Vorschläge werden aufgegriffen und im weiteren Entwicklungsprozess zur Abseitsregel ausgeweitet.

### Die Gruppenkämpfe

Wenn mehrere Spieler in engen Kontakt geraten, sich miteinander ringend um den Ball bemühen und der Ballbesitz in diesen Situationen unklar zu definieren ist, entstehen unübersichtliche „Kuddelmuddel-Situationen“ (Abb.5), die die für das Rugby typischen **Gruppenkämpfe** thematisieren lassen.

Lösungsideen sind:

- Schiedsrichterpfeiff mit Neubeginn durch Schiedsrichterball oder
- Freikick.
- Oder es werden in Anknüpfung „Rugbykämpfe“ vorgeschlagen.

Es können nun erste Gruppenkämpfe, wie z. B. das Paket (s. Abb. 6) eingeführt werden. Nachdem das Paket in seiner Grundformation bekannt ist, stellt sich



die Frage, wie es im freien Spiel angewandt werden kann. Es ist schwierig, die passende Spielsituation zu erkennen und als Gruppe das Paket im Spiel angemessen umzusetzen. Um dieses Problem zu lösen, kommen die Schüler auf interessante Ideen, die sich als praktikabel erwiesen haben:

- Wenn zum Beispiel ein Spieler mit dem Ball in einen Gegner läuft und laut „Paket“ ruft, gilt für alle am Spiel Beteiligten eine Art „Slow-Motion-Phase“, in der sich die Schüler in Ruhe in das Paket begeben, bevor sich die Spielsituation in „normalem“ Tempo weiterentwickelt.

Gruppenkämpfe sind immer sehr motivierend und sollten unbedingt ihren Platz in einer Unterrichtssequenz Rugby finden. Die Schüler entwickeln ein tieferes Verständnis für die Bedeutung der Gruppenkampfsituationen für ein erfolgreiches Spielhandeln.

### Gruppenkämpfe

Gruppenkämpfe sind das hervorstechende Merkmal des Rugbyspiels.

Für die **Verteidiger** besteht die Möglichkeit, die Vorwärtsbewegung der Angreifer zu stoppen, sich taktisch neu zu formieren und in Ballbesitz zu kommen.

Das Ziel der Angreifer ist, den Ball nicht an die verteidigende Mannschaft zu verlieren, sondern weiter nach vorne zu transportieren.

Beispielhaft sei hier das *Paket* (Abb. 6) beschrieben: Wenn ein ballführender Angreifer von einem Verteidiger stehend gehalten wird, muss er den Ball sofort passen. „Binden“ sich nun je zwei Mitspieler an den Angreifer und den Verteidiger, d. h. gehen sie in engen, sich gegenseitig festhaltenden Körperkontakt, dann bleibt der Ball vorerst beim Ballträger. Die Verteidiger versuchen nun das Paket zu drehen, um den Ball auf ihre Seite zu bekommen, die Angreifer wiederum möchten dies verhindern und drängen weiter vorwärts. Das Paket kann folgendermaßen aufgelöst werden:

- Die Angreifer schieben das Paket in die Endzone.
- Ein nicht am Paket beteiligter Spieler eines der beiden Teams nimmt den Ball von seiner jeweiligen Seite aus aus dem Paket und macht diesen so wieder spielbar.

In Folge lassen sich die durch das Binden der gegnerischen Spieler in den Gruppenkampf neu entstandenen freien Räume durch kluges Passen und Laufen nutzen.

### Spielidee und Regeln im Rugby

**Spielidee:** Zwei Teams versuchen den Rugbyball durch Tragen und Passen in die gegnerische Endzone zu transportieren und dort abzulegen. Gleichzeitig versuchen sie die gegnerische Mannschaft hieran zu hindern.

Abb. 5 (li.): „Kuddelmudel“

Abb. 6 (re.): Gruppenkampf (Paket)

**Rugbyregeln:** Variationen der Regeln generieren unterschiedliche Rugbyspielarten. Es sollen nur die mit den Schülern entwickelten, vereinfachten, Regeln aufgeführt werden:

### Alle Spieler dürfen

- mit dem Ball laufen (keine Schrittregel wie im Hand- oder Basketball),
- den Ball mit der Hand nur rück- oder seitwärts passen,
- allein oder zu mehreren den Ballträger zwischen Hüften und Schultern festhalten bzw. umklammern,
- einen Ball zum Punkterfolg in der Endzone ablegen.

### Foulspiel

- Generell jede Aktion eines Spielers, die gegen das Fairplay verstößt, insbesondere Meckern gegen Schiedsrichter, Mit- oder Gegenspieler oder aber bewusster, den Gegenspieler gefährdender Körperkontakt.

### Tapkick

- Nach jeder Spielunterbrechung beginnt das Spiel mit einem sog. Tapkick, d. h. ein Spieler berührt den Ball kurz mit einem Fuß und wirft den ersten Pass. Die gegnerische Mannschaft muss einen Abstand von 3 m einhalten.

### Abseits

- Die Abseitslinie „geht durch den Ball“. Kein Spieler darf auf der gegenüberliegenden Seite des Balles aktiv in das Spielgeschehen eingreifen.

## Der Fair-Play-Gedanke

Rugby benötigt wegen seiner hohen körperlichen Anteile von Beginn an ein hohes Maß an fairem Verhalten im Spiel. Auf Grund der potentiellen Verletzungsgefahren thematisieren die Schüler dies zumeist sehr früh selbst. So kann es sein, dass ein körperlich starker Schüler von anderen Schülern nicht festzuhalten ist oder es kommt zu Zusammenstößen im Spielgeschehen, weil einige Schüler zu ungestüm agieren. Hier gilt es, gemeinsam Regeln und Fair-Play-Rituale zu (er-)finden, die Rücksichtnahme bewusst machen und unfaires Verhalten von Beginn an verhindern. Erfahrungen zeigen, dass Schüler hier sehr kreativ-pragmatische

Ideen entwickeln können (Begrüßungskreis, Feedbackkreis nach dem Spiel, „Klatschgasse“). Grundsätzlich ist festzuhalten, dass die Schüler sehr achtsam miteinander umgehen und dass ein koedukatives Unterrichten kein Problem darstellt. Im Gegenteil – in einer Lerngruppe Rugby ist die Sensibilität für das Fairplay stark ausgeprägt.

## Resümee

Rugby ist eine gute Möglichkeit, ein Sportspiel im Schulsport mit Hilfe des genetischen Vermittlungsverfahrens problemorientiert zu entwickeln.

Die Möglichkeit, Rugby im Freien zu spielen, der Fairplay-Gedanke, die im Vergleich neuen Handlungsabläufe, die sich insbesondere in der Körperlichkeit der Gruppenkämpfe äußern sowie die schnellen Anwendungspotentiale auch bei geringem technischen Niveau generieren einen hohen Aufforderungscharakter und ermöglichen neue und motivierende (Spiel-)Erfahrungen. Schüler können ihre allgemeine Spielfähigkeit verbessern; gleichzeitig entwickeln sie aber auch eine auf Rugby bezogene spezielle Spielfähigkeit. Die bisherigen Unterrichtserfahrungen haben gezeigt, dass es so in jeder neuen Lerngruppe zu jeweils **passigen** und somit **neuen** (Rugby-)Spielvarianten kommt und die Schüler motiviert bei **ihrer** Sache sind.

## Anmerkungen

- (1) Die männliche Bezeichnung schließt grundsätzlich die weibliche mit ein.

## Literatur

- Berends, G. & Saak, F. (2008). *Rugby in der Schule*. Schorndorf: Hofmann.
- Biscombe, T. & Drewett, P. (2010). *Rugby – Steps to Success*. Leeds: Human Kinetics.
- Hünerkoch, B. (2003). OK-Rugby – Eine Handreichung. *Sportpädagogik 27. Beilage sportpädagogik extra*, 1–18.
- Kolb, M. (2011). Sportspieldidaktische Konzepte – orientierende Hinweise. *Sportpädagogik 3–4*, 68–77.
- Stelter, H.-J. (2012). Vermittlung des großen Sportspiels Rugby. *Betrifft Sport*, 2, 19–35.
- Wichmann, K. (2008). Integrative genetische Vermittlung von Sportspielen. In A. Woll u. a. (Hrsg.), *Sportspielkulturen erfolgreich gestalten* (S. 87–90). Hamburg: Czwalina.

### Aufgeschnappt

Wer zum Verständnis der modernen Gesellschaft gelangen will, kommt – so scheint mir – ohne Berücksichtigung des Sports nicht mehr aus; denn die Arenen der Welt sind zu Spiegeln geworden, in denen sich vieles abbildet: die Wünsche, Ehrgeize, die Hoffnungen und Sehnsüchte der Zeitgenossen, aber auch ihre Leidenschaften, Neurosen und Hysterien, ihre Räusche und Ansprüche.“

Siegfried Lenz (Erzähler und Dramatiker), u. a. *ehemals Leichtathlet (Speerwerfer)*



Günter Berends / Fabian Saak

## Rugby in der Schule

Rugby gehört weltweit zu den bekanntesten und beliebtesten Sportarten.

Weltmeisterschaften im Rugby zählen zu den größten internationalen Sportveranstaltungen.

Die Einführung in die Grundstrukturen des Rugby wird in dem vorliegenden Buch einfach dargestellt. Eine Vielzahl gut illustrierter und ausführlich beschriebener Anregungen für die Planung und Durchführung von Schul- und Vereinssport helfen Ihnen beim Unterricht und beim Training.

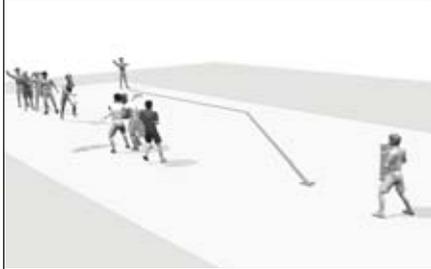
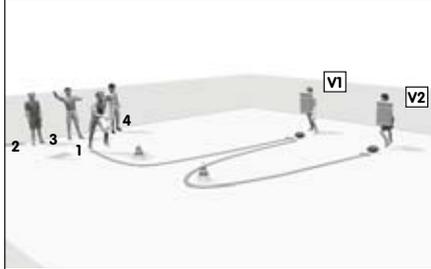
2008, DIN A5, 128 Seiten

ISBN 978-3-7780-0221-6

Bestell-Nr. 0221 € 14.90

E-Book auf sportfachbuch.de € 11.90

### Zwei Beispielseiten

<p><b>90</b> Phase II: Kontinuität im Spielhandeln nach Haltesituationen</p> <p>Technik: Gruppenkämpfe Phase: II 58</p>  <p>Ein Ball, zwei Tackle-Schilde</p> <p><b>Material</b></p> <p><b>Ablauf</b></p> <p>Die Verteidiger stellen sich mit ihren Tackle-Schilden in einem Abstand von ca. 7 m hintereinander auf. Der Ballträger läuft auf den ersten Verteidiger zu und geht mit ihm „in Kontakt“, indem er mit der Schulter gegen ihn läuft. Dann dreht er sich zur eigenen Mannschaft und hält den Ball auf seinem Oberschenkel. Mit den folgenden zwei Mitspielern bildet er ein Paket. Ein weiterer Spieler nimmt nun den Ball aus den Händen des ersten „Unterstützers“ und spielt ihn zu einem Mitspieler, der den Ball fängt und zu dem nächsten Verteidiger mit Tackle-Schild läuft, bei dem sich der Vorgang wiederholt. Die Übung ist um beliebig viele Tackle-Stationen erweiterbar.</p> <p>Vor jeden Verteidiger wird vor Beginn der Übung ein Ball abgelegt. Der erste anlaufende Spieler nimmt nun den Ball auf und geht dann in Kontakt mit dem Verteidiger. Der Übungsablauf ist identisch.</p> <p><b>Variation</b></p>	<p style="text-align: right;"><b>Übungen zu Gruppenkämpfen 91</b></p> <p>59 Technik: Gruppenkämpfe Phase: II</p>  <p>Zwei Bälle, zwei Tackle-Schilde, zwei Hütchen</p> <p><b>Material</b></p> <p><b>Ablauf</b></p> <p>Angreifer 1 umläuft das Hütchen, nimmt den Ball auf und geht mit dem Tackle-Schild von Verteidiger 1 in Kontakt. Angreifer 2, 3 bilden um Angreifer 1 ein Paket. Danach wird der Ball wieder abgelegt. Angreifer 1, 2, 3 wiederholen die Übung bei V2. Inzwischen startet die nächste Angreifergruppe.</p> <p><b>Variation</b></p> <p>Statt des Pakets wird ein offenes Gedränge gebildet.</p>
--	---

Inhaltsverzeichnis und Beispielseiten unter [www.sportfachbuch.de/0221](http://www.sportfachbuch.de/0221)

Versandkosten € 2.-; ab einem Bestellwert von € 20.- liefern wir innerhalb von Deutschland versandkostenfrei.

# Leitfaden für eine gelungene Sportstunde

## Jörg Eisenacher



**Jörg Eisenacher**  
Gymnasiallehrer  
Sport/Geschichte  
Diplompädagoge  
Lehrkraft für besondere  
Aufgaben im Fachgebiet  
Sport- und Bewegungs-  
wissenschaften  
der Universität Erfurt

joerg.eisenacher@  
uni-erfurt.de

Die folgenden Tipps richten sich vorrangig an Praktikanten, Lehramtsanwärter, Quereinsteiger oder Berufsanfänger im Sportunterricht aller Schulformen. Mit Aussagen wie z. B. „Man sollte, man könnte, man müsste ...“ ist ihnen nicht gedient, solange ihnen fundierte Grundlagen fehlen, deren sie sich bedienen können. Deshalb sind eindeutige Vorgaben bzw. Empfehlungen angebracht – auch wenn diese rezepthaft wirken.

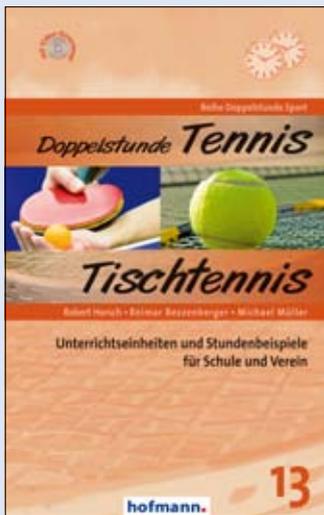
- **Eine Sportstunde folgt meist derselben Struktur**  
Einleitung/Erwärmung – Hauptteil – Schluss. Planen Sie zeitliche Gelenke zwischen Teilen, in denen nicht geübt wird, sondern organisatorische Maßnahmen durchgeführt werden (z. B. Auf- und Abbau, Gespräch, Organisation von Gruppen etc.).
- **Planen Sie immer mit Blick auf das Thema**  
Wenn z. B. Laufausdauer geschult werden soll, haben Kurzsprints in der Sportstunde nichts verloren.
- **Stehen Sie mindestens 10 min vor Unterrichtsbeginn in der Halle**  
Schüler müssen rechtzeitig eingelassen und wenn nötig die Umkleiden überwacht werden. Klären Sie im Vorfeld wann die Halle betreten werden darf.
- **Überlegen Sie sich ein Anfangsritual**  
Von „Sport frei“, an der Linie stehen bis „Guten Morgen“ und auf der Bank vor der Lehrkraft sitzen ist alles möglich. Achten Sie darauf, was die Schüler gewohnt sind. Rechnen Sie mit Verspätungen, und fragen Sie bei Zu-spät-Kommern nach, warum sie nicht pünktlich sind.
- **Achten Sie auf die Sicherheitsbestimmungen**  
Schmuck und Uhren sind von jedem (auch der Lehrkraft) abzulegen und sicher zu verwahren. Schüler mit langen Haaren müssen ein Haargummi tragen. Jeder sollte passende Sportkleidung tragen – der Lehrer hat Vorbildfunktion. Verwenden Sie eine Mattensicherung, wo immer sie nötig erscheint. Achten Sie darauf, dass während des Unterrichts die Sporthalle bzw. die Umkleideräume verschlossen sind.
- **Planen Sie im Vorfeld den Umgang mit „Turnbeutelvergessern“ und Attestanten**  
Bereiten Sie Aufgaben vor oder stellen Sie Überlegungen zum sinnvollen Einsatz der Kinder in der Stunde an (Zählen, Räumen, Beobachten). Verlieren Sie die „Draußensitzer“ nicht aus den Augen und unterbinden Sie Störungen.
- **Bereiten Sie Ihren Materialeinsatz gründlich vor**  
Sichten Sie im Vorfeld was wo vorhanden ist und sprechen Sie die Teilung ab, wenn andere Kollegen gleichzeitig in der Halle arbeiten. Bedenken Sie den Transport diverser Materialien mit Schülern und üben Sie den Auf- und Abbau mit ihnen. Sprechen Sie mit der nachfolgenden Lehrkraft ab, was für die nächste Stunde stehen gelassen werden kann. Gut ist, wer seinen Materialaufbau mit wenig Um- und Nachbauten im Laufe der Stunde vielfältig verwenden kann.
- **Beachten Sie die Zeiteinteilung und deren Einhaltung**  
Beginnen und enden Sie pünktlich. Umziehzeiten der Schüler zählen zur Unterrichtszeit. Wenn ich 45 min Zeit habe, muss ich insgesamt etwa 5 min für das Umziehen einplanen. Für Einleitung und Erwärmung kann man maximal 6–7 min planen. Der Hauptteil sollte ca. 30 min umfassen und der Schluss mit Auswertung nimmt den Rest der Zeit ein. Versuchen Sie nicht, alles was in Ihrer Planung steht umzusetzen, gerade wenn die Zeit dafür schon zu knapp ist. Überziehen Sie nicht! Schüler haben ein Recht auf ihre Pause und die Kollegen der nächsten Stunde werden es ihnen danken.

- **Machen Sie konkrete Ansagen zu den gewünschten Aufstellungsformen**  
Überlegen Sie sich vorher, welche konkreten Ansagen Sie treffen müssen, um Aufstellungsform wie Linie, Reihe, Block, Gasse, Kreis, Halbkreis, Paar usw. so effizient wie möglich zu organisieren. Die ungünstigste Ansage ist: „Wir kommen alle zusammen.“ Wie?! Überlegen Sie vorher, welche Aufstellungsform für Ihr Vorhaben die beste ist und ob es Sinn macht, diese auch für den folgenden Unterrichtsteil zu verwenden.
- **Überlegen Sie, welche Organisationsformen für das Ziel der Unterrichtsstunde am sinnvollsten sind**  
Komme ich in Gruppen-, Paar- oder Einzelarbeit am besten zum Ziel? Wähle ich freie oder eher angeleitete Formen? Überlegen Sie sich vor einem Stationsbetrieb genau den organisatorischen Ablauf. Wählen Sie passende Gruppengrößen, besonders wenn Partnerübungen Teil der Stationen sind. Lassen Sie nicht zu lange an einer Station arbeiten. Planen Sie stattdessen einen zweiten Durchlauf. Organisieren Sie die Wechsel effizient (Beginn und Ende der Übung, Wechselrichtung etc.).
- **Wählen Sie Ihren Lehrerstandort passend zu den Aufstellungs- und Übungsformen**  
Beachten Sie, dass man nie in der Mitte eines Kreises oder einer Gasse steht. Der Standort muss so gewählt werden, dass ich von allen gehört und gesehen werde und niemand sich in meinem Rücken aufhält. Überlegen Sie beim Stationsbetrieb, wo Ihre Anwesenheit am dringlichsten ist (um evtl. Sicherheit zu gewährleisten oder zu helfen). Trotzdem sollten Sie den kompletten Übungsbetrieb im Auge behalten können.
- **Verwenden Sie eine korrekte Lehrersprache und nonverbale Kommunikation**  
Es sollen klare kurze und eindeutige Ansagen gegeben werden. Schonen Sie Ihre Stimme. Sprechen Sie aber nicht zu leise und verwenden Sie – wenn nötig – kurze Pfiffe. Geben Sie vorher die Anweisung, was danach zu machen ist: z. B. Ballruhe und Blick zum Lehrer. Setzen Sie die (Ball-)Ruhe konsequent durch. Sprechen Sie nie in die Unruhe und lassen Sie Ihre Schüler wenn nötig hinsetzen, um Ruhe zu schaffen. Verwenden Sie für alle Ansagen die Fachtermini. Verbinden Sie immer die Anweisung zu einer Handlung mit einer Folgehandlung: z. B. „Alle räumen ab und setzen sich danach auf die Bank.“
- **Sanktionieren Sie störende Schüler**  
Sie haben dafür verschiedene Mittel, die von Belehrungen über Sonderaufgaben bis hin zur Herausnahme aus dem Unterricht reichen. Überlegen Sie wie lange eine solche „Auszeit“ pädagogisch sinnvoll ist und integrieren Sie den betreffenden „Störenfried“ rechtzeitig wieder in das Unterrichtsgeschehen.
- **Effektivität bestimmt das Handeln**  
Organisieren Sie Ihre Stunde so, dass möglichst wenig Leerlauf entsteht und möglichst viele Schüler in Bewegung sind. Vermeiden Sie dabei aber Überlastungen und planen Sie nach anstrengenden Teilen ruhigere Sequenzen (Pause, Auf- und Abbau, Theorieinflechtung, etc.). Überlegen Sie (vor allem bei Spielformen) wie viele Schüler man wirklich effektiv beschäftigen kann. Organisieren Sie (wenn nötig) mehrere kleinere Gruppen auf kleineren Flächen.
- **Überlegen Sie, an welcher Stelle Ihrer Unterrichtsstunde Sie Wissen vermitteln oder Erkenntnisse besprechen**  
Arbeiten Sie dabei mit verschiedenen Materialien (fahrbare Tafel, Kopien, Bewegungsschemata, laminierte Blätter etc.).
- **Beachten Sie bei allen Übungen und Demonstrationen die Methodik**  
Arbeiten Sie vom Leichten zum Schweren. Überlegen Sie, wo es sinnvoll ist, Bewegungen zu teilen und eine methodische Reihe zu verwenden, bzw. wo man sofort mit der Gesamtbewegung arbeiten kann. Wenn Sie etwas vormachen (oder vormachen lassen), dann folgen Sie dem Schema: Zeigen (der Gesamtbewegung ohne Worte) – Erklären (sofern möglich mit Demonstration von Teilaspekten) – Noch einmal Zeigen (der Gesamtbewegung).
- **Geben Sie den Schülern eine Rückmeldung über deren Tun**  
Überlegen Sie, an welchen Stellen sich berechtigtes Lob oder Einzel- bzw. Gruppenkorrekturen anbieten. Überlegen Sie, wo die Ursache einer fehlerhaften Bewegung liegen könnte und wählen Sie die richtigen Maßnahmen und Ansagen um den Fehler zu beheben.
- **Bereiten Sie Ihre Unterrichtsstunde sorgfältig vor**  
Sie müssen der Fachmann in Ihrem Thema sein. Eine tabellarische Verlaufsplanung Ihrer Stunde gehört dazu.
- **Unterhalten Sie einen guten Kontakt zum verantwortlichen Lehrer**  
Erfragen Sie rechtzeitig die Themenvorgaben für die nächste Stunde und tauschen Sie, wenn nötig, Telefonnummern oder Mailadressen. Informieren Sie sich über die zu führenden Dokumente (Klassenbuch, Begleitheft) und sprechen Sie den Umgang mit Attesten, Krankmeldungen und „Muttizetteln“ ab. Wenn Sie die Stunde eines Kommilitonen hospitieren, dann hören Sie sich am Ende noch die Auswertung an. Einige Dinge, die dort angesprochen werden, könnten Ihre nächste Stunde betreffen.



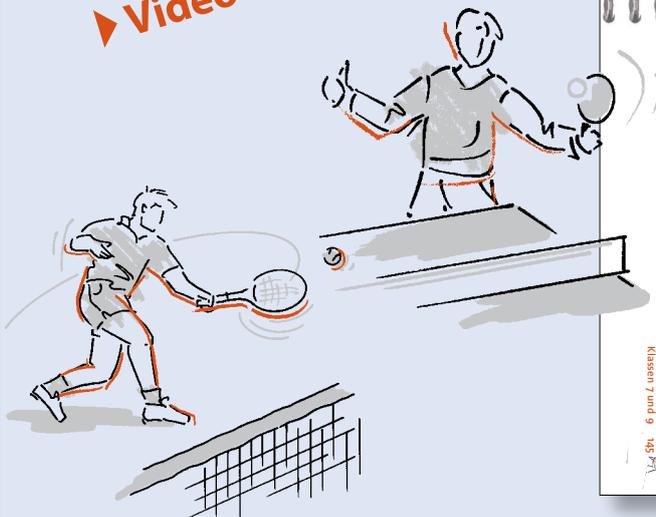
*Neu!*

# Doppelstunde Sport



2016. 15 x 24 cm  
176 Seiten + Video-Download  
ISBN 978-3-7780-0631-3  
**Bestell-Nr. 0631      € 21.90**

► **Spiralbindung**  
► **Video-Download**



Tischtennis und Tennis werden eher selten zu Inhalten des Sportunterrichts, und selbst wenn Sportlehrkräfte sich einmal an diese Rückschlagsspiele heranwagen, dann meistens nur als „Zuckerle“ und deshalb wenig systematisch. Das Buch enthält 9 Übungseinheiten für Tennis und 11 für Tischtennis, wobei jeweils 3 für die Unter- und Mittelstufe sowie 8 für die Oberstufe gedacht sind. **Für das Buch lassen sich auf [www.sportfachbuch.de](http://www.sportfachbuch.de) (Downloads zum Buch) Video-Clips herunterladen.**

Beispielseiten

**Doppelstunde 6: Einführung des RH-Toppinschlages**

Stundenabschnitte und Unterrichtsinhalte	Organisatorische Hinweise
<b>Aufwärmphase</b>	
<p><b>Übung 1: Frisbee zur Vorbereitung des RH-Toppinschlages</b></p> <p>Die Schüler spielen sich paarweise oder in Vierergruppen eine Frisbee-Scheibe mit der RH-Wurfbewegung zu.</p> <p><b>Variante</b> In Vierergruppen stehen sich jeweils zwei Schüler 5-7 m gegenüber und werfen sich die Frisbee-Scheibe zu. Nach dem Wurf läuft der Schüler zur gegenüber stehenden Zweiergruppe und macht dabei Übungen des Lauf-ABC.</p>	 <p>Bilder 33-34: Frisbee zur Vorbereitung des RH-Toppinschlages</p>
<p><b>Übung 2: Ultimate-Frisbee</b></p> <p>Zwei Mannschaften haben die Aufgabe, durch Passen und Fangen eine Frisbee-Scheibe hinter eine Linie zu befördern, wo sie von einem Mannschaftsmitglied gefangen werden muss. Die gegnerische Mannschaft versucht die Scheibe vorher abzufangen und ebenfalls hinter eine Linie zu bringen. Mit der Scheibe darf nicht gelaufen werden, Gegnerberührungen sind verboten, auf dem Boden liegende Scheiben sind frei.</p>	 <p>Bild 35: Ultimate-Frisbee</p>

---

Stundenabschnitte und Unterrichtsinhalte	Organisatorische Hinweise
<b>Spiel- und / oder Übungsphase</b>	
<p><b>Übung 1: Erlernen des RH-Toppins mit folgender methodischen Übungsreihe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aus einer tiefen, frontalen Hockstellung (weite Fußstellung) wird der auf den Boden aufspringende Ball mit der RH-Toppinschlagtechnik über das Netz auf die gegnerische Tischhälfte gespielt. Der Partner fängt den Ball auf und spielt ebenso.</li> <li>• Die vorgenannte Übungsform wird aus der Ausgangsstellung heraus gespielt.</li> <li>• Den Ball zwei- bis dreimal auf der RH-Tischseite aufspringen lassen und mit der RH-Toppinsbewegung erst diagonal, dann parallel zum Partner spielen. Dieser fängt den Ball auf und spielt ebenso zurück. Danach wird die gleiche Übungsform durchgeführt, jedoch springt der Ball nur noch einmal auf.</li> <li>• Der Partner spielt mit „indirektem Schupfaufschlag“ oder mit „indirektem Konteraufschlag“ den Ball auf die RH-Seite des Übenden, der den Ball mit der RH-Toppinschlagtechnik erst diagonal, dann parallel zurückspielt. Der Aufschläger blockt nach einiger Zeit die Bälle zurück.</li> <li>• Festigung der Schlagtechnik in spielnahen Übungsformen.</li> </ul> <p><b>Alternativ:</b> Übungsformen des Balleimertrainings (vgl. Abb. 43).</p>	 <p>Abb. 42: RH-Toppin gegen RH-Block</p>  <p>Abb. 43: Balleimertraining mit RH-Toppin</p>

# Empowerment im Sportunterricht

## Robert Horsch

Eine große pädagogische Chance im Sportunterricht bietet der „Empowerment-Ansatz“. Er stellt einen Oberbegriff für Maßnahmen und Veränderungsprozesse dar, die Schüler (1) dabei unterstützen sollen, mehr Eigenverantwortung und somit das schulische Ziel der „Mündigkeit“ zu erlangen.

### Empowerment kann folgende Entwicklungen einschließen:

- Kritisches Denken lernen und gedankenloses Reagieren verlernen.
- Dinge differenziert betrachten und die eigene Identität definieren.
- Eigene Möglichkeiten neu definieren.
- Sich selbstständig und nach eigener Meinung Fähigkeiten (z. B. Kommunikation oder Darbieten) aneignen.
- Auffassung und Wahrnehmung anderer Menschen durch eigene Kompetenzen ändern.
- Sich aus eigenem Antrieb verändern und aus sich herausgehen.
- Selbstbestimmung.
- Entwicklung eines positiven Selbstbildes und Überwindung bestehender Stigmata.

Eine moderne Sportpädagogik bietet viele Möglichkeiten im Sinne des Empowerments, so dass Kinder und Jugendliche selbstbestimmt ihr Leben erfolgreich gestalten können. Schulsport kann mit wohl überlegten pädagogischen Elementen dazu beitragen, dass jeder Schüler auf seine Art und Weise Kompetenzen entwickelt, um ein Leben lang für sich Bewältigungsstrategien als salutogene Ressource zur Verfügung zu haben (vgl. Keupp, 1992).

Der Empowerment-Ansatz soll für ein fachliches Selbstverständnis im Sportunterricht genutzt werden: die Schüler sollen sich als Experten in eigener Sache fühlen und keine entmündigende Betreuung, sondern fachliche Unterstützung und Kooperation erhalten. Dieses Verständnis stellt die individuelle Stärkung des Schülers im sozialen Umfeld in den Mittelpunkt, denn der Sportunterricht steht wie kaum ein anderes Handlungsfeld der Pädagogik für integratives Lernen und Voneinander Lernen. Sport trägt wesentlich zur Entwicklung des Vertrauens in das eigene Können bei, was zur Stärkung der Einzelpersönlichkeit führt. Das erworbene Selbstvertrauen kann auf andere Lebensbereiche transferiert werden. Sowohl das Voneinander Lernen als auch das Miteinander Lernen bildet Teamgeist, der Grundlage für das gemeinsame

Durchsetzen von Interessen auch in anderen Bereichen sein kann. Die im Sport geschulten Eigenschaften und Fähigkeiten können zu mehr Selbstbestimmung, Handlungskompetenz und Eigenverantwortung führen (vgl. Theunissen 2009)

Wie Selbstwertgefühl, Selbstvertrauen, Lerninteresse und Motivation gestärkt und gefördert werden können, soll am Beispiel des „gemeinsamen (koedukativen) Fußballspiels“ erläutert werden – dargestellt an einer Unterrichtsreihe zur Sportart Fußball im Sport-Leistungskurs der Jahrgangsstufe 12.

Da oftmals im anfänglichen Verlauf einer Unterrichtsreihe bei den Spielen durch die koedukative Zusammensetzung der Mannschaften Unzufriedenheit auftritt, sollen eventuelle Probleme bezüglich der Spielfertigkeiten, Spielfähigkeiten und Spielerfahrungen bewusst gemacht werden. Im Allgemeinen lässt sich auf die spezifischen Vorerfahrungen im Fußball aus der Sekundarstufe I zurückgreifen, doch ist die Heterogenität zwischen den einzelnen Spielern einer Mannschaft sehr groß:

- Vereinsspieler – Nicht-Vereinsspieler
- Mädchen – Jungen



### Dr. Robert Horsch

Studiendirektor und  
Regionaler Fachberater  
Sport in Rheinland-Pfalz.  
Er unterrichtet am  
Auguste-Viktoria-Gymnasium  
in Trier und ist in der  
Lehreraus- und -fortbildung  
tätig. Als aktiver Tisch-  
tennis-Spieler spielte er  
viele Jahre 1. Bundesliga  
(Reutlingen, Eintracht  
Frankfurt, Grenzau) und  
war Mitglied der deutschen  
Nationalmannschaft.  
Als Trainer fungierte er  
in Deutschland und  
Luxemburg.



bzw. Systematisierung der erstellten Mind Map (vgl. Abb. 2) kann folgendermaßen aussehen:



## Schüler als Lehrende – Schüler arbeiten mit Schülern

In traditionellen Unterrichtsformen sind die Aufgaben von Schülern und Lehrkräften so festgelegt, dass die Schüler die Lernenden sind und der Sportlehrer der Lehrende ist.

Aus dieser Methodenhoheit heraus plant der Sportlehrer Unterrichtseinheiten zur Schulung und Verbesserung eines zentralen Themas. Die Schüler sind in der Rolle des Konsumenten bzw. Reagierenden. Viele Gründe sprechen sicherlich oftmals für diese traditionelle Rollenverteilung.

Der Sportunterricht bietet aber daneben günstige Möglichkeiten, die Rollenverteilung zu modifizieren

und **neue Beteiligungsformen** zu erzielen, bei denen die Schüler einen Lehr-Lern-Prozess stärker mitgestalten. Unter dem Motto „**Schüler als Lehrende**“ können sie durch Lehren lernen.

Haben Schüler im Sportunterricht häufig Methoden, Sachkenntnisse oder Sozialisation lediglich konsumiert und nur selten reflektiert, können durch Aufgabenstellungen bezüglich eines Lehrens Bewegungs-, (Sach-), Sozial- und Methodenkompetenz gefördert werden.

Unter diesem Gesichtspunkt werden den einzelnen Mannschaften am Beispiel des Fußballspiels folgende Aufgaben gegeben:

- Mannschaft 1: Übungsformen zum Dribbling, Passen, Stoppen (vgl. Abb.3)
- Mannschaft 2: Übungsformen zum Torschuss (vgl. Abb. 4)
- Mannschaft 3: Übungsformen zum Doppelpass (vgl. Abb. 5)
- Mannschaft 4: Spielformen zum gemeinsamen, integrativen Fußballspiel (vgl. Abb. 6, „Pärchenfußball mit dem Futsal“)

Dabei zeigt sich (wie so oft), dass viele Schüler methodische Vorerfahrungen und Sachkenntnisse aus dem Schulsport selbst, aber auch aus sportlicher Jugendarbeit bzw. Sportvereinen besitzen, die sie so (endlich einmal) zeigen können.

Wesentliches Kennzeichen des Empowerment-Konzeptes ist in diesem Beispiel, dass Schüler mit Schülern arbeiten und ihnen etwas beibringen. In Eigenverantwortung übernehmen Schüler (zumindest zeitweise) Grundmuster des Lehrens, ohne die Gesamtverantwortung (Schule, Sportlehrkräfte) zu berühren. Mit Hilfe dieses Konzeptes erfahren die Schüler in einer Art Übungsleiter Tätigkeit wie Lerninhalte vermittelt werden können. Dabei ist es wichtig, dass eine gemeinsame Reflexion und Beratung von Sportlehrer und Schülern über den Einsatz verschiedener Methoden stattfindet, damit eingesetzte Vermittlungsstrategien nicht einfach nur weitergegeben werden.

Abb. 3 (li.): Übungsform zum Dribbling, Passen, Stoppen

Abb. 4 (re.): Theoretische Einführung der Übungsform zum Torschuss



Abb. 5:  
Übungsform zum  
Doppelpass



Damit die lehrenden Schüler den Erwartungen entsprechen können, müssen sie durch sorgfältige Vorbereitung ihrer Aufgaben möglichst einen Sach- und Methodenkompetenzvorsprung erreichen. Dies erscheint relativ einfach zu sein, wenn ältere Schüler jüngere unterrichten.

Die Erfahrung hat darüber hinaus gezeigt, dass bei gezielter Vorbereitung oder außerschulischer Vorerfahrungen auch jene Schüler als Lehrende fungieren können, die gleich alt oder sogar jünger sind als ihre Lerngruppe.

Das Empowerment-Konzept in diesem Sinne kann über ein enges fachbezogenes Verständnis von Bewegungsvermittlung auch im Sinne von Handeln und Organisieren zur Verbesserung des Schullebens genutzt werden.

Es hat sich in der Praxis gezeigt, dass durch die Beteiligung der Lernenden an der Vermittlung der Unterrichtsinhalte eine besondere Qualität des Lernens erreicht werden kann. Festzustellen ist

- eine starke Motivation seitens der Schüler für das Darbieten eines Wissensvorsprungs,
- eine methodische Reflexion und
- eine deutliche Verbesserung des Sprachverhaltens.

Entsprechend ist ein Anstieg der Lernmotivation und der Lernfreude auch bei Leistungsschwächeren und „Lernunmotivierten“ erkennbar.

#### Anmerkungen

- (1) Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird die männliche Form verwendet. Die Begriffe Lehrer, Schüler, Spieler, ... meinen immer auch Lehrerinnen, Schülerinnen und Spielerinnen.
- (2) „Pärchenfußball“: Die Schüler und Schülerinnen gehen als Zweierpaare Hand an Hand zusammen und bilden zwei Fußball-Mannschaften. Es wird nach Hallenfußballregeln gegeneinander gespielt, wobei nur mit dem Partner an der Hand gelaufen und gespielt werden darf. Löst sich die Hand eines Paares, gibt es Freistoß für die gegnerische Mannschaft. Achtung: Das Torhüterpaar bzw. das Paar, welches als letztes Paar im Tor steht (bei rotierendem Torhüterpaar), darf mit der jeweils freien Hand den Ball halten. Feste Fernschüsse sind untersagt!

#### Literatur

- Buzan, T. & Buzan, B. (1999). *Das Mind-Map-Buch*. MVG Landsberg am Lech.
- Buzan, T. & Buzan, B. (2013). *Das Mind-Map-Buch. Die beste Methode zur Steigerung ihres geistigen Potentials* (Aktualisierte und erweiterte Aufl.). MVG München.
- Herriger, N. (2006). *Empowerment in der sozialen Arbeit* (3. erw. Aufl.). Stuttgart: Kohlhammer.
- Horsch, R. (2001). *Sportiv Thema: Öffnung des Sportunterrichts*. Leipzig: Klett.
- Keupp, H. (1992). Gesundheitsförderung und psychische Gesundheit: Lebensouveränität und Empowerment. *Psychomed. Zeitschrift für Psychologie in der Praxis*, 4, 244–250. München: Reinhardt.
- Schmoll, L. (2000). Mind Mapping im Sportunterricht. *Sportpädagogik*, 24 (5), 47–49.
- Theunissen, G. (2009). *Empowerment und Inklusion behinderter Menschen. Eine Einführung in Heilpädagogik und Soziale Arbeit* (2. Auflage) (S. 76 ff.). Freiburg: Lambertus.
- Ziesmer, H. (Hrsg.) (1998). *Selbst gesteuertes Lernen in der Grundschule – Fächerübergreifende Unterrichtsbeispiele Deutsch – Sachunterricht – Sport – Kunst – Werken*. München: Oldenbourg.



Abb. 6:  
„Pärchenfußball mit  
dem Futsal“ (2)

# Verletzte oder vom Sport befreite Schüler können wertvolle Helfer sein

Heinz Lang

Verletzte oder vom Sport befreite Schülerinnen und Schüler unterliegen grundsätzlich der Aufsichtspflicht und nehmen deshalb in der Regel am Sportunterricht teil – wenn auch nicht als aktiv Sporttreibende.

Ein auf das Ende der Sportstunde wartendes Dasein in einer Ecke zu fristen und sich in irgendeiner Form die Zeit zu vertreiben (dabei die Hausaufgaben zu machen oder diese abzuschreiben ist gebräuchliche Regel) mag möglich sein, ist aber nicht unbedingt im Sinne des Sportunterrichts und auch der Schülerinnen und Schüler.

Deshalb sollten verletzte oder vom Sportunterricht befreite Schülerinnen und Schüler – je nach deren Fähigkeiten – eingesetzt werden

- als Schieds-, Punkt- oder Linienrichter bei „Kleinen Spielen“ zur Überwachung der vereinbarten Regeln und deren Ahndung bei Übertretungen,
- zur Überwachung des „Fair-Play“-Gedankens, z. B. bei Ablösungen, Starts, Zieleinläufen usw.,

- als Zähler, wenn es um Wiederholungen geht,
- zur Kontrolle der vorgegebenen Laufwege und Zieleinläufe,
- als möglichst objektive Feststeller von Siegern oder Siegermannschaften,
- als Schlichter, wenn (kleinere) Streitigkeiten gelöst werden sollen,
- als Zeitwächter und Helfer bei der Organisation,
- zur Beobachtung des Spielgeschehens,
- ...

Unverzichtbar ist darüber hinaus die

- mental beobachtende und, wo möglich, „aktive“ Teilnahme am Sportunterricht (je nach Art der Verletzung) und
  - aktive Teilnahme an den Erklärungen, Gesprächen, Entscheidungen, Regelfindungen und Regelauslegungen, Diskussionen ...
- während der regulären Sportstunden.

## Nachtrag zum Beitrag „Der gemalte Sportunterricht“ in Heft 1/16

„Die Thematik eines projektorientierten und fächerübergreifenden Sportunterrichts findet sich ebenfalls bei folgenden Autoren wieder:

Döhring, V. & Gissel, N. (2000). Schülerinnen und Schüler malen Sportunterricht – Gemalte Unterrichtsszenen als Ausdrucks- und Verständigungsmedium. *Sportpädagogik*, 24 (5), 10–12. Schorndorf: Hofmann.

Döhring, V. (2004). *Offener Sportunterricht: Konzepte, Defizite, Perspektiven. Eine Untersuchung aus fach- und allgemeindidaktischer Sicht*. Butzbach: Afra-Verlag.

## LEHRHILFEN für den sportunterricht

Verlag: Hofmann-Verlag GmbH & Co. KG, Postfach 1360, D-73603 Schorndorf, Telefon (07181) 402-0, Telefax (07181) 402-111

### Redaktion:

Heinz Lang  
Neckarsulmer Str. 5, 71717 Beilstein  
E-Mail: H-W.Lang@t-online.de

### Erscheinungsweise:

Monatlich (jeweils in der 1. Hälfte des Monats).

### Druck:

Druckerei Raisch GmbH + Co.KG  
Auchterstraße 14, 72770 Reutlingen

### International Standard Serial Number:

ISSN 0342-2461

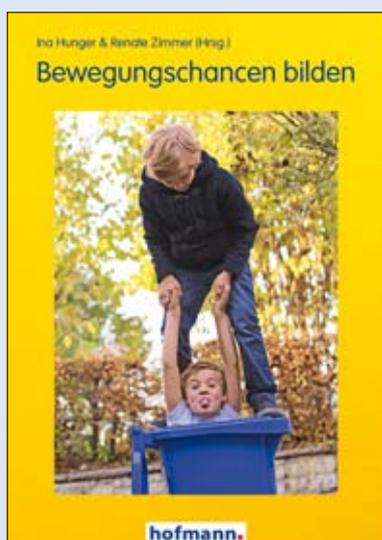
### Bezugspreis:

Im Jahresabonnement € 25,20 zuzüglich Versandkosten.  
Die Abonnement-Rechnung ist sofort zahlbar rein netto nach Erhalt. Der Abonnement-Vertrag ist auf unbestimmte Zeit geschlossen, falls nicht ausdrücklich anders vereinbart. Abbestellungen sind nur zum Jahresende möglich und müssen spätestens 3 Monate vor dem 31. Dezember beim Verlag eintreffen. Unregelmäßigkeiten in der Belieferung bitte umgehend dem Verlag anzeigen.  
Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Redaktion und des Verlags mit Quellenangabe.

Unverlangte Manuskripte werden nur dann zurückgesandt, wenn Rückporto beiliegt.



*Neu!*



2015. DIN A5, 400 Seiten  
ISBN 978-3-7780-8970-5

**Bestell-Nr. 8970** € 26.–  
E-Book auf [sportfachbuch.de](http://sportfachbuch.de) € 20.90

Ina Hunger & Renate Zimmer (Hrsg.)

## Bewegungschancen bilden

Bewegung birgt vielfältige Chancen für Kinder, für ihre Gesundheit, aber auch für ihre Bildung und Entwicklung.

Kindern muss man diese Bewegungs- und damit Bildungschancen aber auch ermöglichen. Nicht jedes Kind hat aufgrund seiner individuellen Lebenssituation, seinen körperlichen oder psycho-sozialen Voraussetzungen die Chance, selbstständig Bewegungsaktivitäten nachzugehen. Nicht jedes Kind darf aufgrund der sie erziehenden Personen die Chance ergreifen, aktiv seine Umwelt zu erkunden und dabei sich selbst und seine Fähigkeiten zu erproben.

Auf die Bildungschancen durch Bewegung und gleichsam auf die unterschiedlichen sozialen Startchancen aufmerksam zu machen, war eines der Hauptziele des 9. Osnabrücker Kongresses „Bewegte Kindheit“.